CLAUDIA

DIA DAS MÃES
Como viajar com filhos pequenos e ainda descansar

BELEZA
O que é verdade na nova onda dos peptídeos

CLAUDIA 65 anos

Abril

R$ 33,00
0776

Taís Araujo

"Meu trabalho me contempla em muitos lugares. Eu me sinto útil no mundo"

SKECHERS®

HANDS FREE
Slip-ins

COZY FIT

É COMO UMA JAQUETA PUFFER PARA OS PÉS

O AMORTECIMENTO CONTOUR FOAM™ ADAPTA-SE AO FORMATO DO SEU PÉ

LAVÁVEIS E TÃO CONFORTÁVEIS QUANTO SEU PAR DE MEIAS FAVORITO

DISPONÍVEL PARA HOMENS E MULHERES

Fale com CLAUDIA

Vendas Assinaturas
www.assineabril.com.br

Vendas corporativas e vendas em lote
assinaturacorporativa@abril.com.br

Atendimento exclusivo para assinantes:
www.minha.abril.com.br

WhatsApp: (11) 3584-9200
Telefones: SAC (11) 3584-9200
Renovação 0800 7752112
De segunda a sexta-feira, das 9h às 17h
atendimento@abril.com.br

Edições anteriores
Todo acervo publicado de Claudia está no App Claudia.

Licenciamento de conteúdo
Para adquirir os direitos de reprodução de textos e imagens, envie um e-mail para: licenciamentodeconteudo@abril.com.br

Licenciamento de marca
Para inserir as marcas do Grupo Abril em produtos e negócios, envie um e-mail para: licenciamento@abril.com.br

Para anunciar no espaço digital e impresso
E-mail: publicidade@abril.com.br

Trabalhe conosco
https://talentosabril.vagas.solides.com.br

EDITORA Abril
Fundada em 1950

Publisher: Fabio Carvalho
CEO: Mauricio Lima

CLAUDIA

Diretora de Núcleo: Helena Galante
Redatora-Chefe: Karin Hueck
Diretora de Arte: Kareen Sayuri
Texto: Allana Ostan, Ana Luiza Bezerra, Beatriz Lourenço, Daniela Cid, Gabriela Nassif, Kalel Adolfo, Lorraine Moreira, Marina Marques
Arte: Dandara Araújo, Evellyn Tavares, Laís Brevilheri

www.claudia.abril.com.br
www.youtube.com/@ClaudiaOnline
Instagram: @claudiaonline
X: @CLAUDIAonline

VP DE PUBLISHING (CPO) Andrea Abelleira **DIRETOR DE TECNOLOGIA** Filipe Gomes
DIRETOR DE DISTRIBUIÇÃO E NOVOS NEGÓCIOS Erik Carvalho **DIRETOR DE PUBLICIDADE** Ciro Hashimoto
DIRETOR DE ASSINATURAS Alberto Pirro **DIRETOR DE PRODUÇÃO AUDIOVISUAL** Marcelo Moreira
GERENTE EXECUTIVA DE PROJETOS ESPECIAIS Juliana Caldas

Redação e Correspondência: Av. Alcides Sangirardi, 301, Usina São Paulo – Espaço C, Cidade Jardim, São Paulo/SP, CEP 05672-015

CLAUDIA 776 (ISSN 0009-85000-5), ano 65/nº 5 é uma publicação mensal da Editora Abril. CLAUDIA não admite publicidade redacional.

Atendimento Exclusivo para Assinantes: Autoatendimento: minhaabril.com.br/, WhatsApp: (11) 3584-9200, Telefones: SAC (11) 3584-9200, Renovação: 0800-775-2112 De segunda a sexta, das 09 às 17:30hs.

IMPRESSA NA PLURAL INDÚSTRIA GRÁFICA LTDA
Av. Marcos Penteado de Ulhôa Rodrigues, 700, Tamboré, Santana de Parnaíba, SP, CEP 06543-001

GoRead

GRUPO Abril
www.grupoabril.com.br

CLAUDIA

MAIO 2026

ARTSY

8 INS-PIRA
Uma seleção de novidades de maio que movimentam a cena e despertam o interesse

18 MEU ESTILO
Por dentro do armário tão desejado da fashionista Verena Figueiredo

24 UM TETO TODO NOSSO
Tamara Stief desafia o mercado ao valorizar imóveis antigos e mostrar o protagonismo feminino nas decisões de compra

30 POR TRÁS DA MODA
Os 130 anos do lendário monograma da Louis Vuitton

AMOR & SEXO

34 OS FILHOS QUE FICAM
Após o feminicídio, eles enfrentam traumas e um país ainda despreparado para acolhê-los

40 SÓ SEI FALAR DE AMOR
Quando o medo de ter medo passa a guiar a vida e impede de viver

ATUALIDADES & FUTUROS

42 AS MIL FACES DE TAÍS
Taís Araujo transforma sua trajetória em força e segue abrindo espaço para novas histórias

54 CONECTAR PARA APROXIMAR
VP de Comunicação e Sustentabilidade da Vivo, Marina Daineze equilibra inovação e relações humanas para gerar impacto

56 DE OLHO NO GOL
Em ano de Copa, Bárbara Coelho conquista espaço e reforça sua presença no jornalismo esportivo

60 FINANÇAS
Quando a pressão constante em relação ao dinheiro transforma a rotina em culpa e exaustão emocional

LIFESTYLE

62 SUCINTA, MAS NUNCA SIMPLÓRIA Nas receitas da chef Dadis Vilas Boas, ingredientes comuns tornam-se criações complexas

72 EM CONSTANTE MOVIMENTO
O apê da influenciadora Lu Nunes nos inspira a ter um lar autêntico e sem medo das cores

82 DOPAMINE LIGHTS
Luminárias podem transformar um ambiente. Inspire-se!

86 MAR, SOL E ZOEIRA
Na Costa do Sauípe, férias com filhos deixam de ser exaustivas e viram descanso de verdade

WELLNESS

90 PEPTÍDEOS 4.0
Ativos do momento avançam na regeneração celular e ganham espaço no skincare

SEMPRE EM CLAUDIA

6 EU E VOCÊ

94 HORÓSCOPO

98 OBJETO DE DESEJO

CAPA
Foto Julia Mataruna **Edição de moda** Fred Rocha
Beleza Arthur Lordelo **Direção de arte** Kareen Sayuri
Taís Araujo veste **Stella McCartney**

Colaboradores

Karina Hollo

Editora de beleza, luxo e lifestyle há mais de 20 anos, @karinahollo tem matérias publicadas nas principais mídias brasileiras. Sempre de olho nas últimas novidades e tecnologias, foi ela a encarregada de desvendar os peptídeos nesta edição *(pág. 90)*.

Anna Julia e Vinicius Saramago

A @contemplarfilms, responsável pelo making off de capa, nasceu do encontro entre o olhar criativo de Vinicius e a energia realizadora de Anna Julia. Juntos, unem sensibilidade e ação para transformar ideias em projetos, guiados pelo tempo e pela transformação.

Arthur Lordelo

Há sete anos, o beauty artist @arthur.lordelo vem construindo uma trajetória de destaque na área de moda e beleza. Reconhecido por sua assinatura sofisticada, desenvolve looks que valorizam a individualidade. Ele assina a beleza de Taís Araujo para nossa capa.

Foto Taís Araujo Julia Matauna; **demais** Arquivo Pessoal

Você anda contente com o rumo que a vida tomou?

Esperar alegria em tempo integral está longe de ser realista, mas o contentamento me parece um daqueles sinais que não podemos ignorar. É ele que conta que estamos onde queríamos estar, em paz com as circustâncias. Pelo contrário, se estamos continuamente descontentes, é a hora de olhar para os lados e ver o que é possível mudar.

Consagrada de forma absoluta na profissão, Taís Araujo divide um pouco dessa paz alcançada: "Meu trabalho me contempla em muitos lugares. Me sinto útil no mundo e isso é muito importante para uma pessoa como eu, com as minhas características. Eu me divirto no trabalho, eu sou feliz fazendo o que eu faço, então acho que a energia vem". Na entrevista de capa *(leia na íntegra a partir da página 42)*, a atriz que sobe aos palcos com seu primeiro solo, *Mudando de Pele*, não deixa de falar do cansaço nosso de cada dia, mas a vontade de realizar fala mais alto.

Taís quer abrir conversas. "Tenho muita vontade de construir coisas novas. E novas narrativas sobre a população preta são infinitas, porque tudo foi escondido, silenciado, enterrado." É preciso aprender a começar.

Enxergo a mesma energia na Marina Daineze, VP de Comunicação e Sustentabilidade da Vivo *(página 54)*. "No início da minha carreira profissional, queria muito poder fazer a diferença, trabalhar com o que gostava e aprender. Eu almejava uma liderança, mas ainda era algo superdistante. Queria trabalhar com propósito e aproximar pessoas", conta Marina. Depois de 22 anos na mesma empresa, ela continua realizada, mas aberta às transformações. O que não muda é o seu foco em encontrar soluções. "Sigo olhando para uma tecnologia do futuro que traga prosperidade para as pessoas e para o planeta", ela afirma. É preciso aprender a permanecer.

A CLAUDIA está repleta de excelentes reportagens — fotos inspiradoras e soluções gráficas criativas, responsáveis por aquela sensação de deleite que só as páginas de uma boa revista impressa dão. Junto da alegria de olhar para esse belo conjunto, eu também sinto melancolia neste mês, preciso dizer. Esta é a edição de despedida da nossa diretora de arte, a Kareen Sayuri, que constantemente agradeci aqui nesse espaço por sua contribuição.

Quando chegou à redação, em 2022, Kareen redesenhou as formas do "sentido feminino" que tanto falamos. Nossa primeira foto juntas, no set de uma capa com a saudosa Preta Gil, guarda o frescor de quem estava começando uma jornada, sem saber os desafios que viriam a seguir. Pude observar de pertinho ela batalhar pela primeira capa de CLAUDIA com uma foto histórica em preto e branco (uma imagem da jovem Gal Gosta clicada por Antonio Bastos), revolucionar as locações de capas (do andar mais alto do Copan ao fundo do mar, literalmente, Kareen esteve lá) e construir um time admirável de fotógrafos, ilustradores e tantos outros colaboradores.

Obrigada, Ka, de coração! Que você seja muito feliz com todas as mudanças e possa surfar essa nova fase com intensidade e também a brisa suave do contentamento. O amor semeado sempre encontra novos jeitos de florescer, eu confio. É preciso aprender a recomeçar. □

Helena Galante

DIRETORA DE NÚCLEO
hgalante@abril.com.br
@helenagalante

Foto Renato Nascimento

CLAUDIA

artsy

Com ousadia

ADMIRADA DENTRO E FORA DAS REDES, VERENA FIGUEIREDO CRIA LOOKS QUE REFLETEM SUA PERSONALIDADE QUESTIONADORA

Foto Camila Tuon

DE MINAS
Café feito por mulheres celebra origens brasileiras em edição limitada

CHARME RETRÔ
Ela revolucionou o mercado ao redefinir o que é morar bem

INCONFUNDÍVEL
A história e o legado por trás do centenário monograma da Louis Vuitton

Tudo novo!

Para maio, uma seleção de eventos, pessoas e produtinhos que tornam o mundo um lugar mais interessante

EDIÇÃO KARIN HUECK

LITERATURA

Palavra em Movimento

Se os eventos literários ganham cada vez mais espaço nos calendários culturais, há um que se destaca pelo que tem de único. O **Festival Poesia no Centro** é dedicado, como indica o nome, exclusivamente aos poemas.

"A poesia, para mim, é ritmo e palavra. Se a gente tem ritmo e palavra, a gente tem o som. Ritmo e palavra fazem parte da nossa vida, é algo cotidiano, é um exercício de existência", diz a curadora do festival, a poeta e pesquisadora Bruna Beber.

São 40 poetas na programação do "Palco", de 15 a 17 de maio, no teatro Cultura Artística, em São Paulo. O local tem capacidade para 150 pessoas e os ingressos gratuitos podem

ser retirados na plataforma Sympla. A programação do "Megafone", com leituras e performances, terá mais de 70 apresentações e não precisa de retirada de ingressos.

"A poesia falada é a palavra em movimento. Então, se a gente quiser fazer uma comparação com o cinema, que é a pintura em movimento, a poesia pode ser também a palavra em movimento. Ela é o sarau, ela é o repente, ela é o rap, ela é a performance como um todo. A poesia está muito próxima de várias artes", explica Beber.

Nomes como Cia Pedrosa, Angélica Freitas, Mar Becker, Paulo Henrique Britto, Eileen Myles (Estados Unidos) e Egana Djabbarova (Rússia) compõem a programação do evento.

A curadoria de Beber reflete a diversidade das múltiplas cenas poéticas contemporâneas. "Cada uma dessas milhares de pessoas está fazendo um exercício diverso da poesia. Essa diversidade é o que me atrai. A ideia é trazer um pouco de cada coisa que a gente achou interessante em vários lugares do Brasil e em alguns lugares do mundo", explica sobre o processo de escolha dos nomes.

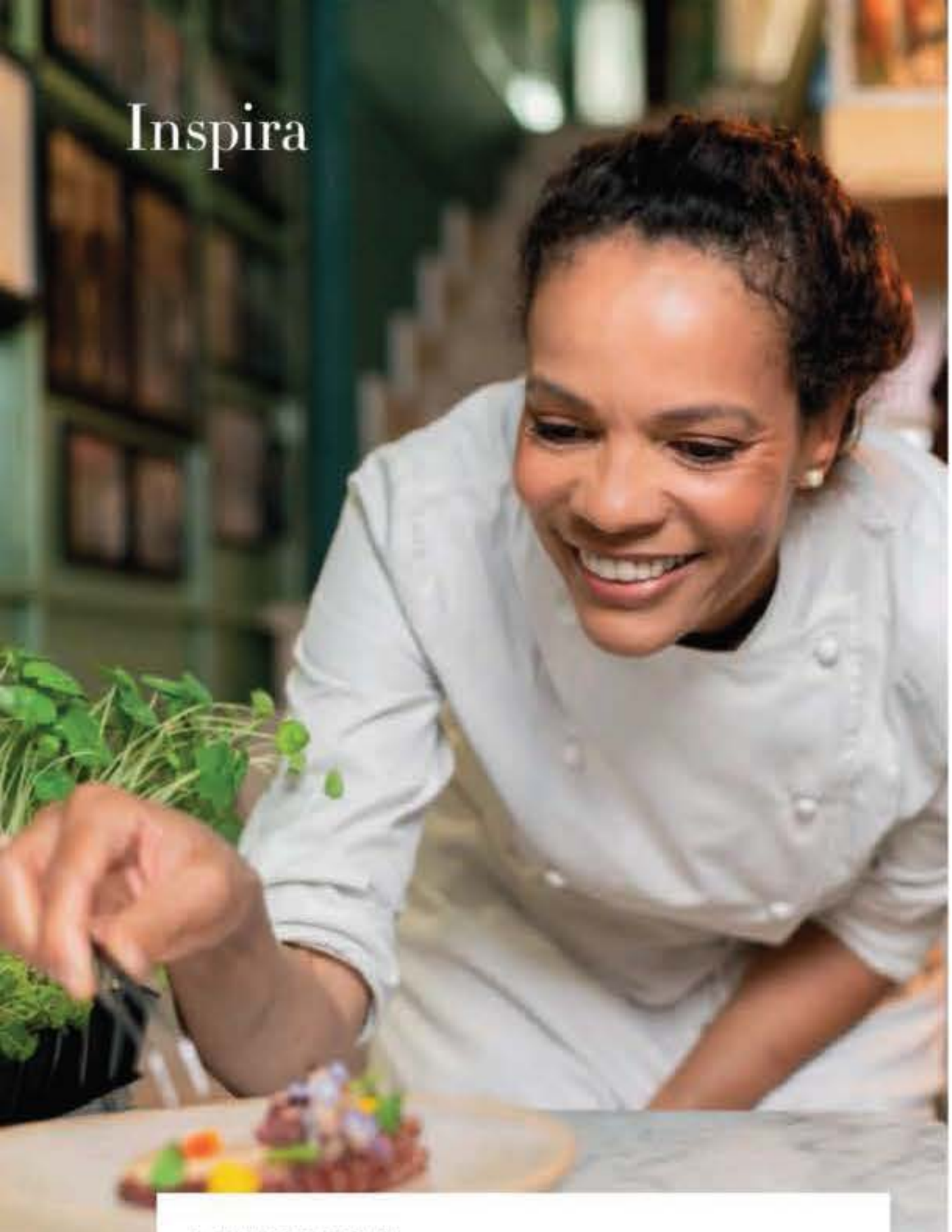
"A gente tem um pouco dos Estados Unidos, a gente tem um pouco da América Latina, a gente tem poetas que vivem na Europa, mas que vêm de outros países e vivem numa situação de deslocamento e exílio, muitas vezes autoimposto e muitas vezes realmente imposto", diz Beber. (PAULA SPERB) ***Poesia no centro, 15 a 17 de maio, Teatro Cultura Artística, São Paulo***

Fotos Karin Hueck – Renato Nascimento; Festival Poesia no Centro – Divulgação; Burberry – Divulgação

MODA

Um toque de realeza

Um broche folheado a ouro em formato de corgi, com esmaltação em xadrez, simboliza a conexão entre a Rainha Elizabeth II — conhecida por sua devoção à raça de cães — e a grife **Burberry,** com seu icônico padrão. A peça integra a nova coleção cápsula desenvolvida com o Royal Collection Trust, em celebração ao centenário de nascimento da monarca. A parceria se traduz em peças de outerwear e acessórios em cashmere produzido na Escócia, como o belted car coat em gabardine leve, na cor holly green, produzido em Castleford, Yorkshire, além de uma nova variação do House Check, inspirada no tartã Old Stewart, associado à rainha. (RENATA BROSINA)



LIFESTYLE

Estreia nacional

No Litoral Norte da Bahia, onde o mar ainda dita o ritmo da pequena vila de Subaúma, um novo projeto de hospitalidade se prepara para abrir as portas em novembro com a ambição de unir sofisticação e natureza. À frente da proposta gastronômica do **Nanö Beach Hotel Subaúma** está a chef Alessandra Montagne, nascida no Vidigal, radicada em Paris há mais de duas décadas e, até aqui, com a carreira construída integralmente fora do país. Pela primeira vez, a brasileira assina um cardápio em seu local de origem e assume a cozinha de um hotel. "Depois de 27 anos na Europa, voltar ao Brasil é uma questão de propósito. Eu precisava que esse primeiro cardápio carregasse uma dimensão emocional e simbólica forte", afirma.

Conhecida por uma cozinha que equilibra técnica francesa e memória brasileira, a chef escolheu o projeto a dedo. Foi convidada por Antoine Painblanc, idealizador do hotel, e se identificou com a dimensão social da iniciativa, que inclui ações voltadas à comunidade local, com foco em educação, meio ambiente e desenvolvimento do território. Em um momento mais seletivo da trajetória, Alessandra tem priorizado projetos que dialogam com valores pessoais. "Estou em um momento em que escolho projetos que contam uma história. O Brasil mudou, eu também mudei", diz.

No cardápio, a proposta parte de um cruzamento delicado: de um lado, o rigor técnico aprendido na França; de outro, a potência simbólica e sensorial do estado. "A Bahia traz uma riqueza incrível de ingredientes, cultura e espiritualidade. Quero respeitar profundamente essa identidade, mas sob a minha ótica de cozinha." A ideia é não só fundir os dois mundos, mas construir um diálogo em que ingredientes locais, muitos deles ainda pouco explorados na alta gastronomia, ganhem protagonismo a partir de uma leitura contemporânea.

Esse olhar se amplia com a formação da chef em naturopatia, prática que valoriza o uso de ingredientes naturais e equilíbrio do corpo por meio da alimentação. No contexto do Nanö — um hotel que nasce com foco em bem-estar, com spa e terapias —, essa abordagem encontra terreno fértil. "Não se trata de fazer uma cozinha 'saudável' no sentido clássico, mas de criar pratos que respeitam o corpo", explica a chef. "Penso muito na energia do prato: como a pessoa vai se sentir depois de comer. E a ideia é que se sinta nutrida e satisfeita — não pesada", completa. Com apenas 30 bangalôs à beira-mar e arquitetura integrada à paisagem, o hotel aposta em uma experiência imersiva — e a gastronomia ocupa papel central. No caso de Alessandra, não se trata apenas de traduzir sabores, mas de articular histórias: do território, dos ingredientes e também da própria trajetória. Esse retorno parece finalmente alinhado ao tempo da chef. (MARINA MARQUES)

MODA

Matéria dos inquietos

De volta a 2012. Renato Pereira estava tão acostumado às pontes aéreas quanto à escassez de malas com design autoral. Poderia se contentar com as típicas bagagens de mão, mas a inquietação o levou a fazer suas próprias de couro, vendidas inicialmente a amigos. Sua namorada, Clara Tarran, acompanhava de perto os primeiros passos da marca e colaborava como podia. Hoje, ela é responsável pela direção criativa e branding da **Escudero**.

Existe uma espécie de fórmula para o sucesso da etiqueta: bolsas, sapatos e acessórios com formatos esculturais, em cores que transitam entre diferentes ocasiões, produzidos em couro de alta qualidade — tudo com uma pitada de referências do próprio arquivo da marca, que frequentemente revisita suas peças. "Pensamos num design que não responde a uma lógica de tendências. São peças desenvolvidas para atravessar diferentes momentos, estações e contextos sem perder relevância", diz Clara.

O lado escultórico das criações vem de um repertório que extrapola a moda. No processo criativo, Clara mobiliza referências de diferentes campos, além das demandas das clientes e do cotidiano. "O repertório se constrói nesse olhar atento para o dia a dia. Não são necessariamente referências diretas, mas te provocam de alguma forma."

A bagagem se reflete também no modo como a marca lida com o tempo. "Enquanto grande parte do mercado opera em um ritmo acelerado, seguimos outro compasso, que respeita o processo da criação e da produção." Neste semestre, a Escudero lança a coleção-cápsula Sussurro, que combina couro e pelagem em uma mesma paleta, revisitando modelos da marca. O lançamento chega pouco depois de Clara se tornar mãe. "Meu repertório vem se ampliando para outros lugares. Com a chegada da minha filha, Estela, sigo para novos universos." Coleção disponível, **@escudero_** (LORRAINE MOREIRA)

CINEMA

Autorretrato

O renomado cineasta **Pedro Almodóvar** volta às telonas com ***Natal Amargo***. A trama, que passeia entre o drama e momentos de humor, alterna entre duas narrativas que se espelham. Elsa é uma diretora de publicidade que evita encarar o luto pela morte da mãe e se refugia no trabalho até sofrer um ataque de pânico; já Raúl é um roteirista em crise criativa que escreve um filme cuja história passa a se entrelaçar com a vida da protagonista. Desta vez falada em espanhol, a produção reflete sobre identidade, luto e o próprio fazer artístico — tema recorrente na filmografia do diretor.

O cenário é composto por paisagens belíssimas de Madri e Lanzarote, na Espanha, além de uma paleta de cores vibrantes como verde, azul e vermelho — que reafirma a estética inconfundível de Almodóvar. Após ser exibido no 79º Festival de Cannes, chega aos cinemas brasileiros em 28 de maio. (BEATRIZ LOURENÇO)

PASSEIO

Rede de afeto

"Não permitir que a velhice me deixe parada." Essa foi a frase que João Felipe Cardoso, de 24 anos, ouviu de uma amiga de sua avó, antes de criar o **Fora de Casa**. Para muitos, o envelhecimento é acompanhado de uma redução gradual dos encontros. Não por falta de vontade, mas pela dificuldade de planejamento e por um afastamento natural das amizades. Pensada para proporcionar uma vida social ativa e diversa para um público de 60 anos ou mais, a iniciativa realiza programações semanais — atualmente em São Paulo e no Rio de Janeiro —, como visitas a museus, aulas de artesanato e idas a restaurantes. A agenda é divulgada semanalmente nas redes sociais e cada passeio custa, em média, entre R$ 130 e R$ 190. As reservas podem ser feitas pelo Instagram ou WhatsApp. (GABRIELA NASSIF) **@foradecas4**

TESTAMOS

Adeus, frizz

Num país tropical como o Brasil, é um desafio comum controlar o frizz e manter o penteado impecável o dia todo. Leave-ins com Polysilicone-29 na composição atuam como antídoto anti-umidade para cabelos lisos ou modelados, e são ativados sob fonte de calor. (GN)

DIGNO DE SALÃO

O brilho imediato e a fragrância adocicada conferem um resultado que conquista logo nos primeiros instantes. O ponto de atenção, porém, fica para a durabilidade. Cabelos mais rebeldes podem precisar de um óleo finalizador para reforçar o resultado. **Frizz Shield Spray, Moroccanoil, R$ 189,90**

FIOS REVIGORADOS

Indicado para fios danificados de espessura normal a grossa, o creme finalizador nutre e revitaliza os fios enquanto protege da umidade, garantindo um visual polido e condicionado do início ao fim do dia. **Lumi Coat Supreme Cream, Keune Haircosmetics, R$ 491,86**

LIVRE, LEVE E SOLTO

De textura bastante fluida, o produto em spray trouxe maciez e movimento para o cabelo sem deixar resíduos, além de facilitar a escovação. Sua fragrância leve e adocicada adiciona um perfume fresco à rotina capilar. **Controle Absoluto, Hidratei, R$ 137,90**

NEM UM FIO FORA DO LUGAR

Logo após o primeiro uso, o resultado é uma finalização que se mantém intacta mesmo no dia seguinte. A sensação nos fios é sedosa, mas não pesa. Inodoro, o spray é uma boa pedida para quem prefere evitar perfumes na rotina capilar. **Fluido Anti Umidade Blindagem Essencial, Amend, R$ 110,90**

JUBA DISCIPLINADA

O cabelo, que antes precisava ser lavado diariamente, se manteve alinhado e sem oleosidade por até três dias com o uso deste sérum. Um bom custo-benefício, mas merece um cuidado extra para não pesar em fios de espessura fina. **Sérum Liso dos Sonhos, Elseve, R$ 49,90**

Fotos Almodovar – Reprodução; Clube Fora de Casa – Arquivo pessoal; Testamos – Divulgação

CIÊNCIA

A magnânima

A física **Márcia Barbosa** está disposta a quebrar as regras que limitam as mulheres a ocuparem os espaços que quiserem. Integrante da Academia Mundial de Ciências, Márcia é uma das maiores referências do mundo nos estudos de anomalias da água e dessalinização de água do mar. Em 2020, foi eleita pela ONU Mulheres uma das sete cientistas que estão mudando o planeta. Desde que assumiu a reitoria da UFRGS em 2024, onde também leciona, Márcia tem apostado em políticas de acolhimento, equidade de gênero e em uma comunicação mais transparente. No entanto, a cientista tem sido alvo de duras críticas. (PAMELA CARBONARI)

Desde cedo você se envolveu em cargos em que poderia mudar as coisas. O que te levou a querer ocupar esses espaços? Muitas pessoas passam pela vida e não enxergam em volta. Cresci em uma vila militar durante a ditadura. Entendia que havia algo errado. Me perguntava sobre as coisas que, para mim, não faziam sentido. Quando entrei na faculdade, me dei conta de que a maioria dos estudantes vinham de famílias com dinheiro, eu era da escola pública. Onde é que estão as gurias da Física? Dos 80 alunos que entraram comigo na graduação em 1978, oito eram mulheres. Eu fui a única a me formar. No movimento estudantil não tinha mulher na liderança. Por quê? Era uma indignação que não se revertia para a raiva. Eu queria cobrir aquele espaço. Mas tinha que ser boa aluna, esses desafios eram algo paralelo, que foram crescendo conforme crescia minha consciência. No curso de Física a gente não discute tensões sociais. Eu poderia viver nesse mundo, mas não conseguia não olhar para cima. Nunca iriam me respeitar se eu não tivesse uma carreira superlativa.

Poucos cientistas brasileiros têm uma carreira superlativa como você. Meus colegas podiam ser medianos, eu não. Não podia me dar ao luxo de ser ruim ou ficar na média. Embora minhas notas fossem maiores, eles tinham mais oportunidades. Então eu tive que abrir meus caminhos.

Além de a Física ser uma área de maioria masculina, ambientes acadêmicos costumam ser bastante engessados. Como você conservou a sua autenticidade? Desde o começo ficou claro que existia uma expectativa que eu me conformasse. As pessoas me dizem: "Usa jeans e camiseta para não notarem que tu é mulher", "Não faz piada nas tuas palestras". Eu vou fazer piada. Eu vou fazer o que eu quiser fazer, a minha ciência é boa o suficiente.

Fotos Márcia Barbosa – UFRGS; Hermès – Divulgação

Nunca iriam me respeitar se eu não tivesse uma carreira superlativa

*

Uma vantagem das exatas é que não tem cancelamento. Alguém pode não gostar de mim, mas tu não vai discutir o ponto do meu gráfico se não tiver um outro ponto com outro gráfico. As pessoas que odeiam os russos não deixaram de usar a tabela periódica inventada por eles. Eles até suportam que eu seja piadista, que eu use minissaia, vão falar mal pelas costas, mas isso não vai fazer com que meu *paper* não seja aceito. Algumas pessoas vão lutar para que eu não seja palestrante em um evento, mas outras vão dizer que sim, porque meu trabalho é relevante. Sempre contei com esse balanço. Nunca cogitei mudar meu jeito.

Que tipo de crítica realmente te incomodaria? Se eu fizesse algo errado e descobrissem, ia ficar incomodada. Me chamam de velha. Eu sou velha, tenho 66 anos. Já estou na fila dos velhos. Me chamam de ridícula. É, pode-se dizer que sim. Eu quero entender, por que usam tanto certas palavras? Agora estou coletando informações para entender por que essas palavras, quem é que induz as pessoas e os robôs a usarem justo essas palavras. Existe um padrão.

Que conselho você daria para as mulheres que estão entrando na carreira acadêmica hoje ou em áreas em que ainda há resistência à presença feminina? Não sofram sozinhas. Notou um obstáculo? Chame a colega e compartilhe. Divida os incômodos. Entre em uma sala com as tuas mulheres e comece a perceber se elas são mais interrompidas, se são menos ouvidas, ajude a mudar. A sororidade é o nosso instrumento de maior potência. A gente vai achar um lugarzinho para os homens brancos também, tá? Nós vamos mudar o mundo.

PERFUMARIA

Versão intensa

Para os artesãos da **Hermès**, o couro Barénia evoca a sensação de um carinho. Coube à perfumista **Christine Nagel** traduzir esse espírito na segunda fragrância da família Barénia, desta vez o Eau de Parfum Intense. Da profundidade do patchouli às notas envolventes de carvalho e couro, revela-se uma assinatura sensual, poderosa e enigmática, de elegância absoluta. (RB)
Barénia Eau de Parfum Intense, Hermès, R$ 1.250 (100 ml)

PRESENTE

Heranças invisíveis

Na saturação de presentes previsíveis para o Dia das Mães, algumas propostas se destacam por deslocar o eixo do consumo para o significado. É o caso da ***Gift Box Mãe — Herdei de você***, colaboração entre a marca brasileira in_comum_ e a Mercearia Maravilha, de Renata Vanzetto (*foto*).

A criação, em collab com a premiada chef, reúne peças que funcionam como gatilhos simbólicos. O primeiro presente é um pequeno avião decorativo — metáfora direta para a ideia de impulso e autonomia, frequentemente associada à figura materna. O segundo é uma barra em acrílico com frases curtas, escolhidas pelo presenteador, que ecoam conselhos e máximas familiares com pegada divertida ("você não é todo mundo", por exemplo). O terceiro item, desenvolvido em parceria com a Mercearia Maravilha, pode ser o Boné Mush (em tom bordô com uma ilustração de cogumelo e os dizeres "I love you so mush") ou um porta-joia em formato de cogumelo.

Ao permitir que parte do presente seja escolhida por quem compra, a Gift Box introduz um componente de personalização ao produto. A proposta prevê a combinação de itens que refletem a relação entre mãe e filho, a partir de referências afetivas e memórias compartilhadas. A Gift Box Mãe, com os três itens, pode ser comprada no site da marca por R$ 899. (MM) **@in_comum_**

BELEZA

Oi, cabelos nutridos!

Rico em betacaroteno, o óleo de urucum (ou roucou) é um potente antioxidante capilar, capaz de reconstruir, hidratar e proteger os fios contra danos ambientais e raios UV. Não por acaso, tornou-se o ingrediente-estrela da OI Hair Butter, da italiana Davines. A manteiga capilar entrega nutrição profunda, brilho e maciez, além de controlar o frizz, já no primeiro uso. (RB)
Oi Hair Butter, Davines, R$ 432 (250 ml)

Fotos Divulgação

De Minas

Café Por Elas lança edições limitadas com ilustrações de Thereza Nardelli. 'Clareira' e 'Germina' oferecem microlotes que apostam em equilíbrio, doçura e acidez para encantar paladares

Em celebração às cafeiculturas brasileiras e suas histórias, o **Café Por Elas** — torrefação de cafés especiais idealizado por Nadia e Julia Nasr —, apresenta uma edição limitada de seus lançamentos em parceria com artista e produtoras mineiras. Trazendo cafés raros e fermentados, com uma arte que transporta ao coração das lavouras, os pacotinhos 'Clareira' e 'Germina' celebram mulheres que plantam, transformam e sustentam a cadeia todos os dias, além de cuidar do meio ambiente.

O nome das edições têm inspiração nas obras da artista e do imaginário das palavras: "aquela que abre espaço para a luz entrar" e "origem em estado de movimento", respectivamente. As artes apostam em uma representação de lavouras agroflorestais e da biodiversidade local, a partir do uso de cores marcantes e imagens surrealistas.

Thereza Nardelli, que é artista visual, tatuadora e pesquisadora de Belo Horizonte, desenvolve seus trabalhos com base em estudos de gênero, antropologia, psicanálise e, principalmente, temas do desejo e da vitalidade feminina.

"Procuramos trabalhar elementos figurativos, mas que não fossem organizados de forma naturalista. Então trouxe essa ideia de forma surrealista nos olhos, nos formatos dos animais, nas plantas. Uma outra ideia foi trabalhar a concepção do café, das agroflorestas e valorizar com elementos que remetem à fertilidade", explica.

A linha também tem parceria especial com as produtoras Luciana Flores e Danielle Fonseca, do Sítio Toca da Onça e da Fazenda da Serra, respectivamente. Ambos fermentados, o 'Clareira' aposta em uma variedade de Icatu e Mundo Novo, que traz um café mais encorpado, cremoso, doce, frutado e com acidez equilibrada. Já o 'Germina' nasce do Topázio Amarelo, que proporciona notas mais frutadas e florais, acidez cítrica e corpo licoroso, oferecendo uma experiência sensorial diferenciada.

"Nós buscamos celebrar as mulheres e seu potencial de transformação ao longo de todo o ano e de diferentes formas. 'Clareira e Germina' são presentes que queremos oferecer para os nossos clientes, permitindo uma combinação de experiência sensorial e visual", afirma Julia Nasr.

Os limitados 'Clareira' e 'Germina' estão disponíveis até o mês de maio — ou até os lotes acabarem. Segundo Nadia Nasr, o diferencial do produto está no desejo de dar visibilidade a mulheres que estão conduzindo transformações reais na cafeicultura, com trajetórias que apontam novos caminhos para o café brasileiro.

Foto Divulgação

VOZ E CORAGEM

Verena Figueiredo *ganhou espaço na indústria da moda ao aprofundar debates e expor dilemas sem rodeios. A convite de CLAUDIA, ela preparou cinco looks que a representam*

TEXTO LORRAINE MOREIRA **FOTOS** CAMILA TUON **BELEZA** LAURA LA LAINA

Três rápidos e cronometrados toques marcam o início do vídeo. É o sinal para Verena Figueiredo encarar a câmera e tratar de temas espinhosos da moda com franqueza. Publicado o conteúdo, não demora para que seus 228 mil seguidores, entre TikTok e Instagram, sejam mobilizados. "Critico uma indústria da qual dependo para me sustentar. Não saio dizendo a primeira coisa que me vem à cabeça, respeito o trabalho das pessoas, quem assiste aos vídeos e a minha trajetória."

Muito antes de se tornar uma voz importante no setor, Verena já orbitava a moda. Na infância, fazia roupas para Barbies, na adolescência, incentivada pelo pai, frequentou cursos de costura. Mas seu olhar aguçado também se formou para além desse eixo. A sergipana viveu em Aracaju até os 11 anos, com o mar, os amigos, o conservatório de música e as aulas de idiomas gratuitas.

Quando se mudou para Mirassol, no interior de São Paulo, sofreu preconceitos. "Falava muito no imperativo, 'bora lá', 'venha cá', 'pegue isso', e as pessoas achavam que eu era mal-educada." Ao mesmo tempo, descobrir nuances positivas e negativas e uma outra realidade ampliou sua leitura de mundo.

Estudou moda na capital paulista, trabalhou como estilista e passou a produzir conteúdo na pandemia, quando o varejo parou. "Usufruo do privilégio de ser ouvida." Hoje, enxerga a visibilidade como responsabilidade. "Se um trem me atropelasse, o que mais me assustaria seria não ter contribuído em nada, ser alguém que viveu apenas exibindo a própria imagem." Coragem para mobilizar não lhe falta.

Relógio **Chanel**; Vestido e Sandália **H&M**; Meia de brechó em Copenhague

Baú de referências

*

Poucas imagens grudaram tanto na memória de Verena quanto a de Chloë Sevigny, ainda na casa dos 20, combinando uma meia-calça de tigre com vestido de festa. Por isso, ao desembarcar pela primeira vez na Copenhagen Fashion Week, bastou dar de cara com uma meia parecida para comprar. "Usei com tweed, que é mais preppy, porque gosto de misturar elementos, como se criasse um ruído."

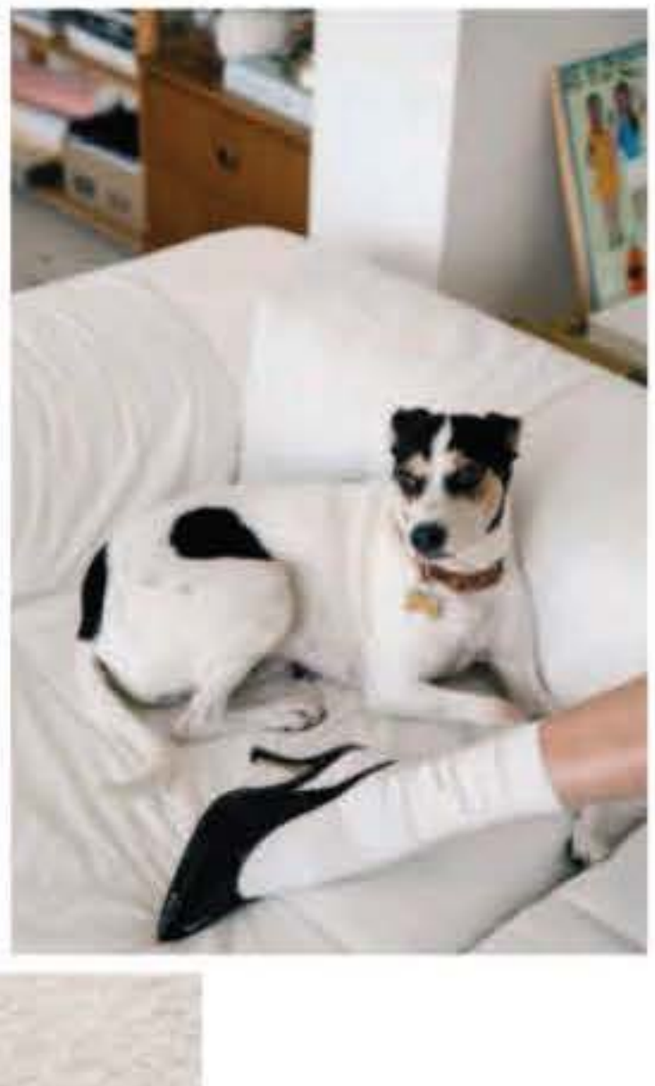
Vestido **Kalda**; Sapato **Enjoei**; Óculos e tiara **Loja de R$ 1,99**; Anéis **Mercado Livre**

Conto de fadas

*

Verena estava fissurada em azul-claro quando encomendou um vestido com recorte princesa na cintura. "Ele é meio Cinderela, mas uma Cinderela revisitada." Aqui, ela combina a peça com um conjunto de óculos e tiara em estampa tartaruga, mistura que adotou no último ano. "É um animal print mais clássico, chique. Meu sonho é que as marcas fizessem sapatos com ele."

Jaqueta **Osklen**;
Saia **Haight**;
Meia **Calzedonia;**
Sandália **Arezzo**



Pele improvável

*

Couro de peixe. Esse é o material da jaqueta vestida pela influenciadora e desfilada pela Osklen na Rio Fashion Week, poucos dias antes deste ensaio. A peça é feita a partir da pele do animal que seria descartada após a alimentação. "Ela tem uma energia meio *Mad Max, Blade Runner*. Gosto dessa estética mais agressiva, pesada e que, ao mesmo tempo, vem do peixe, um animal perfeito."

Meu estilo

Moletom C&A; Calça Cotton On modificada em costureira; Relógio e Bolsa Chanel; Tênis Onitsuka Tiger

Com marcas

*

A bolsa Chanel tem valor especial para Verena: é sua primeira compra de luxo. "A vendedora disse que parecia uma bolsa herdada da minha avó. Pensei: 'minha avó nunca teria dinheiro para isso'. Não chorei, mas fiquei emocionada." A criadora de conteúdo, que trabalha com a etiqueta há cinco anos, também gosta do aspecto "gasto" da peça. "Ter cara de uso, de vida, me atrai. Tenho agonia da ideia de algo intocável. Não compensa, eu vou usar."

Meu estilo

Blusa **Consulado do Rock**; Calça **Francesca**; Sandália de brechó em Buenos Aires

Furiosa

*

Do clássico ao rock, Verena recorre a sons para se expressar. A peça-chave deste look é a camiseta do Motörhead, que ela viu ao vivo em 2013. "Desde a infância existe um lugar de ser 'boazinha', o 'amor de menina'. No metal, você pode sentir raiva, cantar com raiva", diz. "Gosto de coisas que não pedem licença para entrar, mesmo que sejam tortuosas na aparência, mas ainda assim genuínas."

UM TETO TODO NOSSO

Tamara Stief *é a corretora fashion que desafia o mercado imobiliário. Aqui, ela fala sobre seu sucesso na internet, o charme dos imóveis antigos e como mulheres determinam a compra de imóveis*

TEXTO HYSA CONRADO

Fotos Divulgação

Nada de porcelanato ou condomínios que parecem um clube. O negócio da corretora Tamara Stief, 43 anos, é vender imóveis antigos, de paredes robustas, janelão e chão de taco, daqueles em que é possível ouvir uma bossa nova tocando como trilha de fundo. Na contramão do que o mercado imobiliário tem apostado na última década, ela inaugurou um novo jeito de vender casas na internet e colocou em xeque a noção de que modernidade é sinônimo de qualidade quando o assunto é moradia.

É verdade que nem todo mundo que acompanha suas redes sociais tem R$ 3 milhões na conta para comprar um apartamento nos Jardins, região nobre de São Paulo. Mas o jeito despojado da corretora é o que atrai os "maramores", seguidores que acompanham os anúncios da Imobiliária Tamaras quase como um programa de TV. "Sou herdeiro, me mudei para São Paulo e quero um apartamento amplo, com luz natural e espaço para receber os amigos" — ao apresentar os imóveis dessa forma, mais do que matar a curiosidade sobre como os ricos vivem, Tamara mobiliza o desejo de quem sonha com a casa própria e tempera com uma pitada de fantasia.

Apesar de vender o lifestyle dos endinheirados, a trajetória da corretora é de trabalho duro. De Campo Grande (MS), ela começou a trabalhar aos 14 anos em um shopping e aos 18 se mudou para a capital paulista para confirmar sua vocação: vender. No Shopping Iguatemi, frequentado pela elite, ela desenvolveu suas habilidades e fez os contatos que a colocaram no jogo até começar a trabalhar com imóveis. "Para poder ter acesso às coisas que eu gostava, principalmente moda e arte, minha mãe falava: 'Se você quiser, vai trabalhar'. Então eu fui. Me apaixonei por São Paulo. Essa cidade me dava a sensação de que eu podia ser eu mesma", lembra.

ANTIGO E HONESTO

Torres gigantescas, promessas de área gourmet e nada do que está no combo do que compõe um condomínio moderno interessam a Tamara, que sempre se posiciona contra a padronização adotada pelas construtoras e o declínio da qualidade dos empreendimentos.

A especulação imobiliária, com seu impulso predatório sobre as construções antigas de São Paulo, também não agrada a corretora. No mercado há 15 anos, ela defende os "usados", como chama os imóveis antigos, e valoriza o legado de uma arquitetura que parece esquecida entre painéis ripados e metros quadrados cada vez mais reduzidos.

"Antes se pensava: que horas o sol bate na lavanderia? Como são as aberturas? Hoje, muitas vezes, se economiza em detalhes importantes pensando só no lucro", afirma. "Esses 'clubes' de prédios novos parecem incríveis no papel, mas na prática se desgastam, geram custo e nem sempre são tão usados quanto parecem."

Para ela, que sempre saúda o legado modernista nas construções brasileiras, o que falta nos imóveis atuais é arte. "De uma maneira geral, tudo ficou muito genérico. Profissões mais artesanais foram se perdendo, como o marceneiro, o serralheiro, e essa dimensão da arte foi desaparecendo", afirma.

Além de já ter atuado em grandes incorporadoras, enfrentando longos plantões em stands de venda, Tamara chegou a cursar dois anos de arquitetura e trabalhou em uma loja de móveis

*

Antes, comprar na planta era mais barato. Hoje, você paga caro, assume o risco e, muitas vezes, não recebe um produto bem executado. No mercado de usados não tem ilusão, é mais honesto, você vê a realidade

de alto padrão, daí o repertório que ela articula com tanta naturalidade em seus vídeos. "Antes, comprar [o imóvel] na planta era mais barato porque você assumia o risco junto com a incorporadora. Hoje, você paga caro, assume o risco e, muitas vezes, não recebe um produto bem executado. No mercado de usados não tem ilusão, é mais honesto, você mostra a realidade", afirma.

A DECISÃO É DA MULHER

Quem está à frente das decisões sobre morar bem? Pelo menos entre os clientes da Tamaras, quem decide são as mulheres. Mas existe, sim, uma tendência em jogo: segundo uma pesquisa do Anuário Data Zap, das pessoas que pesquisaram por imóveis à venda em 2024, 52% são mulheres. "Em praticamente todas as vendas que fiz, é a mulher que bate o martelo. O homem entra mais na negociação, documentação, números. Mas a decisão final é da mulher — seja casada ou solteira, muitas vezes ela conduz tudo sozinha", revela Tamara.

Contudo, essa definição não tem a ver só com autonomia financeira. A relação com o cuidado do lar e da família, responsabilidade culturalmente associada às mulheres, acaba influenciando a forma como elas enxergam os espaços. "A mulher sempre está mais atenta a esses detalhes do dia a dia. Ela olha a área de serviço, pensa nos filhos, na rotina da casa. O homem costuma não focar tanto nessas dinâmicas do cotidiano. Esses detalhes acabam pesando muito na decisão, e é ela quem costuma apontar essas questões", avalia a corretora.

LUXO É ESTAR PERTO

Enraizada em São Paulo, Tamara abraça um lifestyle cosmopolita, de quem compreende e sabe usufruir de uma cidade como essa. Portanto, para ela, luxo tem a ver com localização: descer do prédio ou sair à porta de casa e ter à mão restaurantes e a vida cultural acontecendo. "Hoje, muita gente associa luxo a casas enormes, em condomínios afastados, com milhares de metros e estrutura completa. Para mim, não faz sentido me isolar se posso morar bem em São Paulo e, se quiser, ter uma casa de praia ou de campo para o fim de semana. O luxo está nessa liberdade de escolha e na qualidade do dia a dia", afirma.

Com sua autenticidade, Tamara se tornou um case de influência digital, com mais de 400 mil seguidores, somando o Instagram e o Tik Tok. Apesar disso, ela não se considera uma influenciadora. "Eu me vejo como corretora. Acontece que as pessoas gostam do que eu faço, e isso acaba influenciando. Muita gente do mercado imobiliário me manda mensagem dizendo que começou a vender mais imóveis antigos depois de acompanhar meu trabalho", reflete.

Ainda assim, além dos valores e das referências do imóvel, os posts da corretora também entregam uma informação quase obrigatória: os detalhes do look de Tamara. Em um dos vídeos, ela diz: "Eu sempre quis ser a Kate Moss". Em outro, aparece com um vestido tomara que caia, amplo, na cor pink. "Hoje, com os vídeos, eu me produzo mais, mas no dia a dia eu sempre fui discreta. Sempre pensei no profissiona-

lismo. Usava roupas neutras, como calça e camisa, até por praticidade, porque precisava me movimentar, abrir gavetas, mostrar espaços. Nunca usei nada que chamasse muita atenção nos atendimentos", conta.

Mas o lado fashion da corretora é um diferencial à parte: Tamara foi convidada pela Mondepars, marca de Sasha, para produzir um conteúdo exclusivo sobre o desfile. No entanto, mesmo com a visibilidade alcançada, ela não se abre tanto para as propostas de publicidade e prefere manter o foco voltado para o mercado imobiliário.

"Antes, ninguém falava de imóvel antigo dessa forma. Era 100% focado em lançamentos. A gente levantou essa bandeira: mostrar que o luxo está no espaço, na localização e não em ter academia no prédio ou morar em um condomínio com centenas de unidades", afirma Tamara.

E quando a corretora se refere ao seu trabalho como "a gente", não é mero detalhe: os vídeos que começaram como uma tentativa de voltar ao trabalho depois da sua segunda gravidez, em 2022, acabaram se tornando uma empresa com 20 funcionários.

A imobiliária Tamaras é sucesso não só de público nas redes sociais, mas também de vendas. O marido da corretora, Fábio Silveira, passou a ser sócio do que se tornou o negócio da família. O casal tem dois filhos, Florença, de 6 anos, e Carlos, de 1 ano e três meses — o caçula vez ou outra aparece nos vídeos pendurado no sling da mãe.

"Eu sempre tive resultados muito diferentes de todo mundo com quem trabalhei, mas, mesmo assim, nunca tive muita abertura. Então pensei: 'Vou fazer um vídeo'. E, até hoje, não acredito como consegui encontrar um espaço em um mercado tão saturado e engessado", celebra. □

*

Em praticamente todas as vendas, é a mulher que bate o martelo. O homem entra na negociação, documentação. Mas a decisão final é da mulher — seja casada ou solteira, ela conduz tudo sozinha

Por trás da moda

LETRAS *preciosas*

No ano em que celebra seus 130 anos, o lendário monograma da **Louis Vuitton** *segue mais moderno, versátil e atraente do que nunca*

"L" e "V". Com certeza, você já se deparou com essa combinação de duas letras entrelaçadas, acompanhadas de motivos florais, em tons da paleta marrom. Em muitos casos (senão na maioria deles), já desejou ter um acessório em couro macio e leve coberto por esse padrão. Trata-se do monograma da Louis Vuitton, que, atualmente, surge nas mais diversas combinações de cores, com as cerejas de Takashi Murakami ou os poás de Yayoi Kusama, em materiais diversos (inclusive inusitados, como o chocolate) e pode até decorar a sua casa.

Por mais contemporâneo que pareça, o símbolo foi criado há 130 anos por Georges Vuitton, filho do fundador da *maison*. O que nasceu como um recurso para diferenciar as peças — e, sobretudo, coibir falsificações — transformou-se, ao longo do tempo, em um símbolo universal de elegância, modernidade e desejo que perdura até hoje. Mesmo com o passar dos anos, a assinatura se reinventa de inúmeras formas, sem jamais perder a sua força.

Em 1896, diante do sucesso das produções artesanais de malas, Georges percebeu a necessidade de distingui-las. Assim, a fusão entre as iniciais de Louis Vuitton e referências ao neogótico, ao japonismo e à Art Nouveau — que permeavam o efervescente cenário artístico parisiense do fim do século 19 — deu origem a um tecido produzido em tear Jacquard, com fios de linho natural em tonalidade crua e o característico amarelo-terroso terre de Sienne: o primeiro canvas do monograma. E esse foi apenas o início.

A produção artesanal é um dos pilares da herança da Louis Vuitton, preservada pelo trineto do fundador, Pierre-Louis Vuitton, Head de Savoir-Faire da *maison*

Detalhe da personalização "L. Vuitton Paris" na tampa do baú feminino de 1910

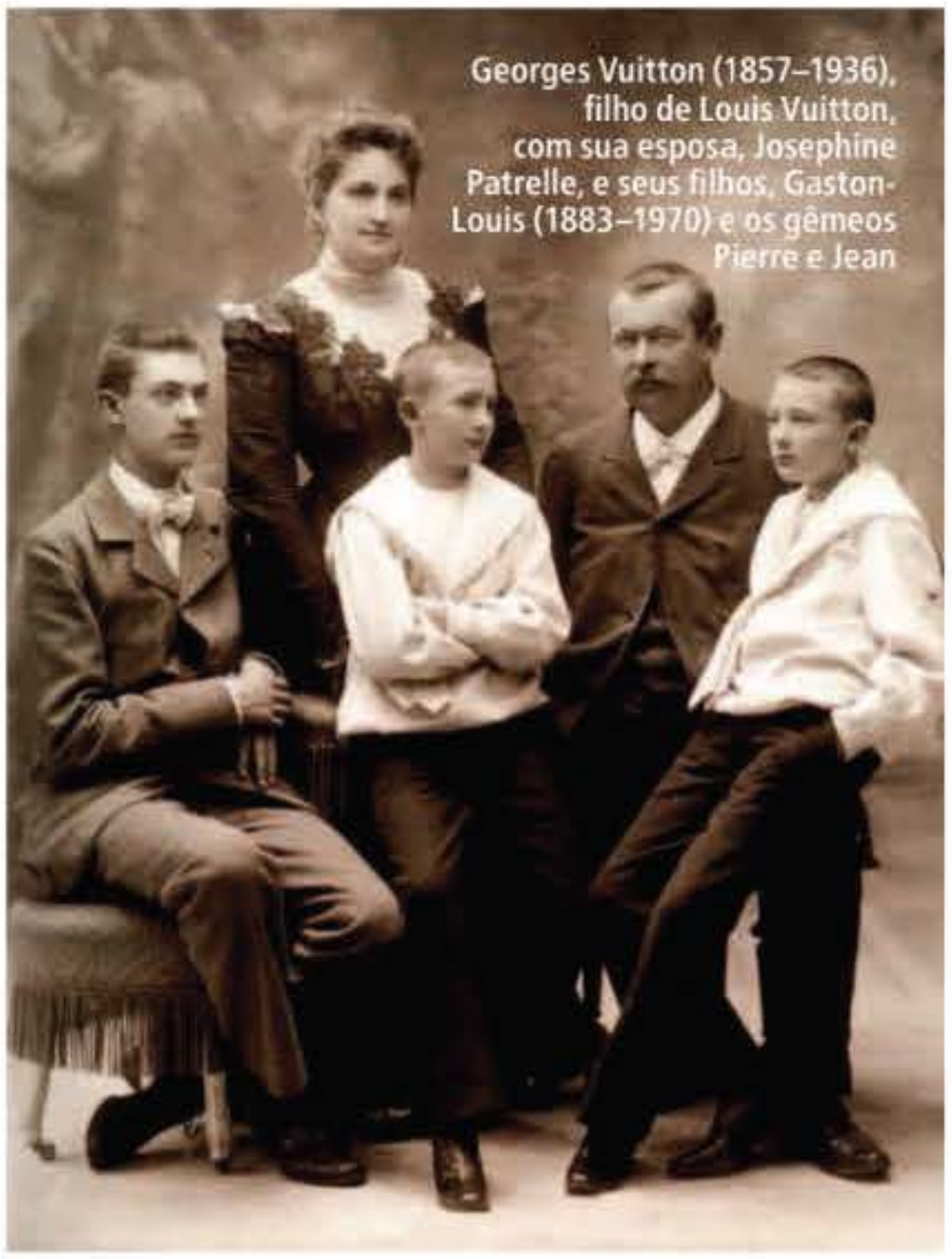
AS ORIGENS

Foi em 1854 que Louis Vuitton redefiniu a arte de viajar ao apresentar os baús de tampa plana (ou seja, empilháveis) em lona Gris Trianon, um tecido impermeável em tom cinza claro, leve e resistente, que substituía o couro. Anos antes, ainda jovem, deixou a região de Jura, na Borgonha, e seguiu a pé até Paris — um percurso que antecipava o espírito aventureiro que viria a marcar sua trajetória e a consolidar seu nome entre os mais poderosos do luxo. Esse mesmo espírito seria transmitido às gerações seguintes — atualmente, já na sexta —, que deram continuidade à sua visão. Elas ajudaram a manter viva a excelência do trabalho artesanal, ainda preservada no histórico ateliê de Asnières, onde são produzidas bolsas, baús e encomendas especiais. O monograma, no entanto, só veio quatro anos após a sua morte.

ALÉM DA HERANÇA

Em muitos casos, a herança vem dentro de uma caixa preciosa. No caso de Georges Vuitton, o que recebeu do pai foi um reconhecimento de excelência sólido e promissor, além de baús e malas de viagem. Foi assim que percebeu a necessidade de proteger o sucesso que as produções da Louis Vuitton haviam alcançado — e que, inevitavelmente, já despertavam imitações. Georges então buscou criar algo que expressasse a identidade única da *maison*, sem abrir mão de uma visão voltada para o futuro.

O monograma nasceu como um símbolo de continuidade, inovação e luxo moderno, desenhado por ele mesmo — "capaz de ser impresso ou gravado em relevo em qualquer cor, sobre qualquer superfície, como lona, couro, couro sintético ou papel", conforme registrado em documento oficial de 1897. Ao perceber seu potencial de reinvenção, a partir de uma infinidade de variações estéticas, ele transformou a proteção em pura expressão artística. Ou melhor: em uma tela em branco que já nascia com as letras "L" e "V".



Georges Vuitton (1857–1936), filho de Louis Vuitton, com sua esposa, Josephine Patrelle, e seus filhos, Gaston-Louis (1883–1970) e os gêmeos Pierre e Jean

Fotos Abre – Louis Vitton / divulgação; família de Louis Vuitton e anúncio antigo – Getty Images

Por trás da moda

Vivienne Westwood e Azzedine Alaïa posam em frente ao painel do monograma, em 1996, para celebrar os 100 anos do ícone

CEM ANOS DEPOIS

Como Georges previu, o monograma seria, sim, reinterpretado de inúmeras formas ao longo de sua história. E, nesse caso, é justo dizer: o céu é o limite. Do instinto disruptivo de seu primeiro diretor criativo de prêt-à-porter, Marc Jacobs, às colaborações artísticas — como o caleidoscópico "Colourful Monogram", de Takashi Murakami, em 2003, e os hipnóticos poás de Yayoi Kusama, revisitados em duas edições —, é inquestionável como o padrão se consolidou não apenas como um elemento de design, mas como um espaço compartilhado de imaginação.

Na moda, seus diretores criativos já demonstraram como a imersão na grife pode imprimir um tom contemporâneo às coleções. Mas, há três décadas, a Louis Vuitton foi além: convidou estilistas como Vivienne Westwood, Azzedine Alaïa e Manolo Blahnik a reinventá-lo no ano de celebração de seu primeiro centenário.

Em 2014, o projeto *Celebrating Monogram* reuniu nomes como Rei Kawakubo, que desconstruiu radicalmente a bolsa tote, e criadores como Karl Lagerfeld e Christian Louboutin.

NA BELEZA TAMBÉM

Poucos sabem, mas a perfumaria da Louis Vuitton surgiu no final da década de 1920. Apesar de ter sido descontinuada em 1946, após o lançamento de *Eau de Voyage*, a linha voltou em 2016 e já trouxe sete criações excepcionais. Desenvolvidas pelo mestre Jacques Cavallier-Belletrud, todas vêm em frascos com uma tampa magnética embelezada com a gravação do LV — que podem ser carregados em seus cases especiais. Já na maquiagem, universo que a maison adentrou em 2025, a primeira coleção é composta por mais de 50 batons, 10 lipbalms e, claro, as oito paletas, com seus acabamentos brilhantes, cremosos e matte. O monograma é aplicado não apenas nos estojos belíssimos (e a boa notícia: refiláveis), mas na superfície dos produtos. Sei que dá pena ver o LV desaparecer com o uso, mas tenha coragem! □

Aqui, primeira coleção de maquiagem da maison criada por Pat McGrath

Abaixo, os frascos "Origine" comemorativos para os 130 anos do monograma

Renata Brosina
@renatacbrosina é jornalista e editora de moda com foco em luxo e sustentabilidade

Fotos Bolsas e Beleza – Louis Vitton / divulgação; 100 anos da estampa Louis Vuitton – Getty Images

CLAUDIA

amor&sexo

Desprotegidos

APÓS O FEMINICÍDIO, CRIANÇAS E ADOLESCENTES ENFRENTAM TRAUMAS E UM PAÍS AINDA DESPREPARADO PARA ACOLHÊ-LOS

Foto Intervenção sobre imagem criada por IA

MEDO DE TER MEDO

Entre ansiedade e coragem, uma reflexão sobre escolher melhor os próprios medos e não deixar de viver

Os filhos que ficam

Depois dos assassinatos de mulheres, ficam os filhos e um país que não sabe como lidar com eles. O rastro do feminicídio se manifesta em traumas e numa sociedade cada vez mais violenta

TEXTO LORRAINE MOREIRA

As semanas que se seguiram ao assassinato da mãe foram das mais atormentadas de sua vida. Grávida de cinco meses, Luana* precisava conter as emoções para não comprometer a gestação, tarefa especialmente difícil à medida que a investigação revelava o que fora feito com Paula. O assassino pisou no rosto da vítima com tamanha força que quebrou seu maxilar, desferiu diversas facadas e, enquanto ela tentava se defender, a golpeou com violência, causando traumatismo craniano. As evidências apontaram para Miguel, padrasto de Luana, como principal suspeito.

Mais de um ano se passou até o julgamento. Na semana do Dia das Mães, o primeiro que Luana celebraria com a filha nos braços, ela viu o autor do crime ser condenado a 25 anos de prisão. "A lei da vida é que os filhos enterrem os pais, mas a minha mãe foi tirada de mim. A sensação é de roubo, porque ele me tirou o direito de mostrar para a minha filha quem era a avó dela", diz Luana. "Sou mãe solo, jovem, precisava dos conselhos dela. Meu pai me apoia, mas tem coisas que ele não entende. O Miguel me tirou isso."

ÓRFÃOS DO FEMINICÍDIO

A mãe de Luana é vítima de um problema crescente no Brasil. Em 2025, aproximadamente 1.568 mulheres foram vítimas de feminicídio no país, um aumento de 13,12% em relação às mortes registradas em 2024. Um simples exercício de memória devolve corpo aos números. Tainara da Costa foi atropelada e arrastada por mais de um quilômetro pelo ex-ficante, Douglas da Silva, na Marginal Tietê, em São Paulo. Após passar por ao menos cinco cirurgias, morreu no dia 24 de dezembro. Sabrina de Almeida Lima foi assassinada depois de presenciar os três filhos serem mortos a marretadas por seu marido, Milton Gonçalves Filho, com a participação do filho dele, Leonardo, em Jaboticabal, interior paulista. Já Maria Katiane Gomes da Silva foi empurrada do 10º andar de um prédio em São Paulo pelo marido, Alex Leandro Bispo dos Santos. E, enquanto você lê estas linhas, homens continuam matando mulheres.

Os casos separadamente não dão conta da realidade, porém. Classificar um crime como feminicídio ou homicídio depende da interpretação jurídica, o que abre margem para subno-

Fotos Intervenções sobre imagens criadas por AI * Nomes alterados a pedido da fonte

NO DISTRITO FEDERAL, MAIS DA METADE DOS HOMICÍDIOS DE MULHERES FOI REGISTRADA COMO FEMINICÍDIO; JÁ NO CEARÁ, APENAS

14,2% [1]

tificação. A assimetria entre os estados reforça essa hipótese: no Distrito Federal, mais da metade dos homicídios de mulheres foi registrada como feminicídio; no Ceará, apenas 14,2%, segundo dados do Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP) divulgados em 2025. Há ainda outros pontos cegos.

Pouco se discute que muitas dessas vítimas têm algo em comum: o fato de seus filhos estarem vivos para lembrar suas histórias. "Ameaças de morte contra crianças e adolescentes, a sensação de que é preciso manter o casamento e a dependência financeira tornam diversas mães vulneráveis", diz Eugênia Villa, criadora da primeira delegacia de feminicídio do Brasil e doutora em direito. Não por acaso, o número de mulheres com filhos que sofrem violência doméstica é maior (43,8%) do que entre aquelas que não têm filhos (33,7%), revela o FBSP. Nos casos de maior repercussão no país, muitas das vítimas também preenchiam esse padrão — Maria da Penha, Ângela Diniz, Luiza Brunet, Ana Hickmann, só para citar algumas.

O resultado aparece na geração seguinte. Pelo menos 683 crianças e adolescentes perderam suas mães para a violência de gênero no primeiro semestre de 2025, segundo estudo da Universidade de Londrina. Eles são forçados a seguir seu desenvolvimento psicológico e neurológico sem a presença materna. Se o falecimento de um dos pais representa, naturalmente, uma experiência difícil, quando a morte é causada de forma intencional, violenta e dentro do próprio lar, o trauma é intensificado. "A chamada violência testemunhal é capaz de produzir um transtorno de estresse pós-traumático. Mesmo que não tenha sofrido a agressão direta, ver esse tipo de violência já é ofensivo para a criança", diz Luiz Mafle, doutor em psicologia pela PUC Minas e pela Universidade de Genebra.

43,8%

DE MULHERES COM FILHOS SÃO VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA, JÁ AQUELAS QUE NÃO SÃO MÃES SOMAM

33,7% [1]

Os prejuízos também são grandes porque o feminicídio é, em geral, o último estágio de um ciclo de violência doméstica. Isso significa que muitas crianças acompanham as agressões ao longo da vida. Aquele mesmo levantamento mostra que mais de uma em cada quatro mulheres violentadas foi atacada na frente dos filhos.

No cérebro dos pequenos, essa exposição é capaz de desencadear um processo de excitotoxicidade, que, informalmente, pode ser descrito como um "assassinato de neurônios". "Diante da violência, há um aumento intenso do neurotransmissor glutamato, o que danifica e mata neurônios", explica Laís Muturrebia, psicóloga com especialização em neurociência. Isso pode levar a desafios na aprendizagem, por exemplo. O glutamato desmedido também é associado a doenças como Alzheimer, Parkinson e esclerose lateral amiotrófica.

O quadro é ainda mais complexo porque famílias cercadas pela violência doméstica não vivem apenas momentos de agressão, pavor e ódio. Há também períodos de união, resiliência e afeto. "A criança pode sentir amor, medo e raiva, seguidos pela culpa de ficar brava com os pais. Depois, vem a vergonha por sentir culpa, e isso vai se transformando em um emaranhado de prejuízos emocionais", diz Laís.

Esse processo, por vezes, se estende a outros vínculos. "Ela não terá confiança de que a pessoa responsável por garantir sua segurança a protegerá e, de alguma maneira, essa desconfiança se amplia aos demais relacionamentos", comenta o doutor Luiz. Testemunhar violências também pode levar, no futuro, à reprodução desses papéis. "As agressões podem ser naturalizadas e, ao crescer, meninas serem agredidas e meninos se tornarem agressivos", explica Isabela Sobral, gerente de projetos e dados do FBSP. De fato, 40% das mulheres que cresceram em lares violentos sofreram violência na vida adulta. A mesma proporção se observa entre homens que testemunharam violência e se tornaram agressores, segundo estudo da Universidade Federal do Ceará, de 2017.

Para muitas crianças e adolescentes, o feminicídio ainda significa perder a fonte de sustento. A mãe morre e o pai, quando é autor do crime, foge ou vai preso. Apenas em 2025 foi regulamentada uma lei que institui uma pensão especial para filhos e dependentes de vítimas de feminicídio. O benefício, equivalente a um salário mínimo, é pago ao conjunto dos dependentes a partir da data do falecimento da mãe. Basicamente, haja quatro irmãos ou apenas um, o que se recebe é um salário mínimo. "Não há dados sistêmicos sobre quem são os filhos das vítimas e qual futuro chega a eles. Os números importam porque ajudam a criar políticas públicas", segundo Isabela.

PEÇAS DO SISTEMA

Embora o feminicídio e as agressões contra a mulher frequentemente sejam vistos como um problema isolado, boa parte dessas mortes são anunciadas. Foi o que aconteceu com Eliza Samudio, por exemplo. Era 13 de outubro de 2009 quando a modelo relatou à polícia que Bruno Fernandes, então goleiro do Flamengo, e seus amigos a teriam espancado, mantido em cárcere privado, forçado a ingerir substâncias abortivas e ameaçado com uma arma. O pedido de medida protetiva foi negado.

CERCA DE 1.653 CRIANÇAS PERDERAM SUAS MÃES PARA A VIOLÊNCIA DE GÊNERO EM 2025, SEGUNDO ESTUDO DA UNIVERSIDADE DE LONDRINA[2]

Fontes 1- Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP – 2025); 2- Estudo Feminicídios consumados tentados no Brasil – (LESFEM/ UEL-2025)

EM 2025, APROXIMADAMENTE

1.568

MULHERES FORAM VÍTIMAS DE FEMINICÍDIO NO PAÍS[3]

A juíza encaminhou o caso à vara criminal e, em sua decisão, afirmou que a Lei Maria da Penha "tem como meta a proteção da família, seja ela proveniente de união estável ou do casamento, bem como objetiva a proteção da mulher na relação afetiva, e não na relação puramente de caráter eventual e sexual". Eliza foi assassinada por Bruno e seus amigos no ano seguinte. Na história, sobra Bruninho, filho de Eliza e do goleiro, que foi criado pela avó materna, Sônia Moura.

A descrença de que a denúncia formal será levada a sério, aliás, impede mulheres de denunciarem. Sete em cada dez brasileiros afirmam que os policiais não acreditam na gravidade das denúncias de violência doméstica e que a Justiça trata esse tipo de agressão como um assunto de menor importância, segundo pesquisa do Ipec, em parceria com o Instituto Patrícia Galvão e o Instituto Beja, divulgada em 2022. A demora no julgamento desses casos reforça essa percepção. Em média, os registros de violência doméstica no Brasil levam 479 dias até o primeiro julgamento, segundo o Conselho Nacional de Justiça (CNJ), enquanto os de feminicídio aguardam cerca de 307 dias.

"A média de órfãos do feminicídio é de duas crianças. A cada uma mulher que você não protege, mais duas pessoas se tornam vítimas", diz a delegada Eugênia.

A dependência financeira também impede diversas mulheres de denunciarem a violência. "Depender financeiramente do agressor é uma forma também de diminuir as chances de que ela rompa a relação. Na falta de familiares, amigos e independência financeira, a mulher não vê saída, principalmente quando tem filhos

menores envolvidos na violência doméstica", comenta Renata Albertim, mestra pela UFRPE e pesquisadora da visibilidade da violência doméstica e familiar. Não existe um auxílio financeiro específico e de escala nacional para as mulheres nessa situação.

Diante de um cenário de violência persistente, o endurecimento das penas é cada vez mais discutido. Em 2024, a punição para o feminicídio foi ampliada de 20 para 40 anos de reclusão. A medida, porém, não se traduziu em redução dos casos. "Há vezes em que o homem mata a mulher, os filhos e a si mesmo. O problema é muito complicado, então a solução também será", comenta Eugênia.

Ao mesmo tempo, outros instrumentos são colocados em xeque, como as medidas protetivas de urgência (MPU), já que 13,1% das vítimas de feminicídio em 2025 tinha MPU. "Ela realmente protege. Muitas vezes, o problema é que a medida aplicada não é adequada. Cabe ao juiz definir a proteção com base na avaliação de risco. Em casos de risco inaceitável, como quando já houve lesão corporal, a prisão pode ser feita. A reclusão não é punitiva, mas é protetiva. Sem isso, há risco de feminicídio", segundo Eugênia.

40%
DAS MULHERES QUE CRESCERAM EM LARES VIOLENTOS SOFRERAM VIOLÊNCIA NA VIDA ADULTA. A MESMA PROPORÇÃO SE OBSERVA ENTRE HOMENS QUE TESTEMUNHARAM VIOLÊNCIA E SE TORNARAM AGRESSORES, SEGUNDO ESTUDO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ, DE 2017 [4]

Fontes 3 - Fórum de segurança – nota técnica Dia da Mulher – 2026; 4 - UFC/2017

Salvar as mulheres é, também, preservar as crianças e suas perspectivas de futuro. Se isso ainda não bastar para mobilizar mudanças, é preciso lembrar que a legislação brasileira determina que crianças e adolescentes têm prioridade absoluta. Esse princípio jurídico e ético garante que eles tenham preferência total na proteção e na efetivação de seus direitos em relação a qualquer outra faixa etária ou grupo social. A legislação também diz que é dever de todos resguardar esse grupo.

A Lei Maria da Penha prevê medidas protetivas não apenas para mulheres, mas também para seus dependentes. Nem sempre, porém, a denúncia parte da própria vítima, por medo, dependência ou outros fatores. Nesses casos, o Conselho Tutelar pode agir. "Fazemos visitas domiciliares após uma denúncia, geralmente da escola. Quando há suspeita de violência, comunicamos a Delegacia da Mulher e registramos um boletim de ocorrência para investigação", diz Iracilda Saggin, conselheira tutelar. "Não precisamos de provas, basta a suspeita para acionar a autoridade policial." O objetivo é interromper o ciclo de violência e garantir que a criança não continue exposta a riscos.

"As crianças e adolescentes têm direito à proteção contra qualquer forma de violência, negligência ou exploração no ambiente familiar", afirma Bruna Fraga, especialista em Direito de Família e membro do Instituto Brasileiro de Direito de Família (IBDFAM). Mas, enquanto o Estado e a sociedade não colocarem em prática as leis que já existem e não corrigirem as falhas que insistem em se repetir, continuarão a dar à luz novos órfãos do feminicídio. □

Medo de sentir medo

Vira e mexe,
sai da minha cabeça,
e vai para o papel
essa frase bem clichê.

E confesso que eu fico olhando
e numa dúvida se a tal frase é
ótima...às vezes até um breve delírio
de "nossa, que frase genial",
ou se é o maior lugar comum
do mundo.Bom, não importa.

Eu brinco de escrever mais rápido
do que o medo. Se eu fosse deixar
todos esses pensamentos entrarem,
escrever ou não escrever, eis a
questão, estaria eternamente com
a caveira na mão, enlutada por
textos mortos. Eu não escreveria
absolutamente nada. Simples assim.

Tudo isso pra dizer que esses
dias me apareceu a seguinte frase:

coragem:
ter mais medo de
perder a vida do que de morrer.

Achei genial.

Clichê, totalmente clichê.

Nossa, não, é boa.

Uma vez ouvi de um amigo que
eu estava sendo imprudente porque
estava fazendo alguma coisa
levemente perigosa. Ele falou:
"você não tem medo de morrer?".

E eu respondi: "eu tenho muito
medo de ficar a vida inteira com
medo de morrer". Isso foi dito
no auge de uma superação,
ainda não total, de um quadro
de ansiedade gravíssimo, em que
eu realmente achava que o prédio
que estava ia cair, que a mola de
pilates ia partir minha cabeça ao
meio e que todo e qualquer chão
que passasse ia abrir uma cratera
sob meus pés. Tudo, absolutamente
tudo, me parecia muito perigoso.

Todos os finais que eu inventava
pra mim eram catastróficos,
não existia lugar seguro. É horrível
viver assim. Só que, quando você
tem ansiedade e está em crise,
é exatamente assim que se vive.

Quando eu comecei a recuperar
um pouquinho da lucidez, decidi
que esse era o primeiro ponto
de mudança radical na minha vida.

Eu tenho que ter medo da pior
coisa que pode me acontecer, que
é viver com medo e deixar de viver.

Esse gatilho simplesmente fez
com que eu colocasse na balança
"viajar de avião ou viver com medo
de viajar de avião". Eu preferi
superar o pavor tenebroso que sinto
de estar no ar, achando, a qualquer
momento, que tudo pode dar
errado. Prefiro do que o medo
perene de ficar o tempo inteiro
me privando de viagens.

Outra decisão que tomei também
foi a de escrever. Escrever mais
rápido que o medo, lembra?
Mas não só isso: escrever e mostrar.
Eu me vi lá na frente, pensando
no saldo, assim, da vida, naquele
momento em que inevitavelmente
você vai morrer (porque esse é,
spoiler, o destino de todo mundo)
e pensando que fiquei o tempo
inteiro imaginando finais
catastróficos, ou seja, a morte
da minha dignidade (que não sei
o que significa), a morte da minha
reputação (nem tenho uma),
ao invés de me lançar no mundo,
mostrar minhas palavras, mostrar
meus textos e correr o risco
absoluto de ser ridícula, mas de
chegar em algum momento da vida
e olhar para trás e falar: quanta
coisa eu experimentei ao jogar essas
garrafinhas ao mar, que encontram
aí do outro lado, vocês que estão
lendo, por exemplo, esta coluna.

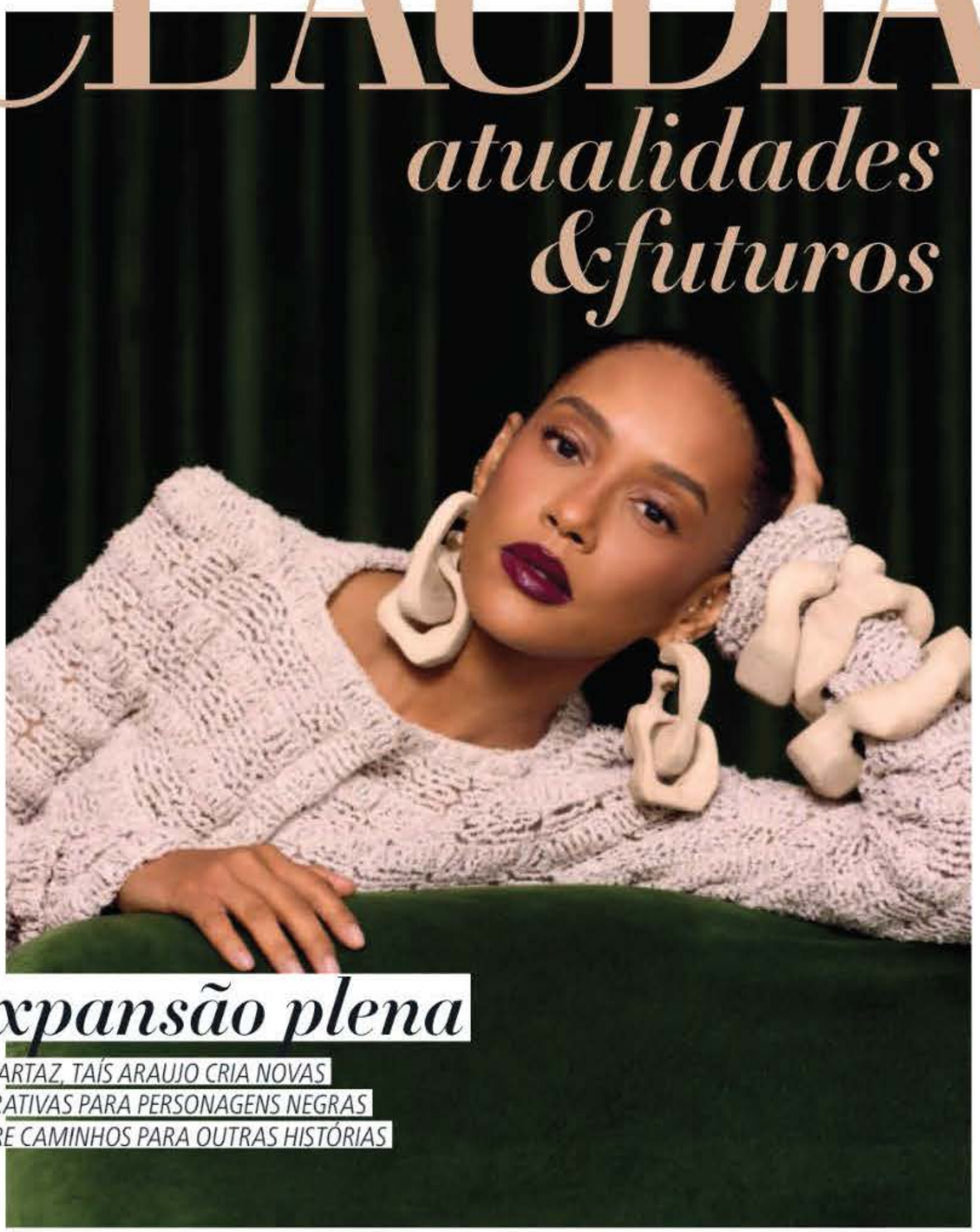
Tudo isso é uma decisão de escolher
mais acertadamente os medos.
Tenho medo de dar errado, de
fracassar, de avião. Mas o maior
de todos continua sendo o medo
de perder a vida por sentir medo. □

Liana Ferraz
(@lianaferraz) é escritora, atriz
e criadora do @escritamatinal

Foto Mayra Azzi

CLAUDIA

atualidades &futuros



Expansão plena

EM CARTAZ, TAÍS ARAUJO CRIA NOVAS NARRATIVAS PARA PERSONAGENS NEGRAS E ABRE CAMINHOS PARA OUTRAS HISTÓRIAS

Foto Julia Mataruna

PROPÓSITO
Na Vivo, Marina Daineze aposta na conexão como caminho de aproximação

ELA É PIONEIRA
A jornalista Bárbara Coelho amplia espaço no esporte e assume novos desafios

URGÊNCIA
O "burnout" financeiro surge como tema a ser encarado coletivamente

AS MIL FACES de TAÍS

Assistente de styling Millena Calado **Produção de Moda** Paula Santiago **Camareira** Lita de Assis **Assistentes de fotografia** Andressa Gue[illegible]tra e Nathalia Athayde **Retouch** Alt Retouch

Em cartaz, ***Taís Araujo*** *realiza o desejo de criar novas narrativas para personagens negras que não passem apenas pelo viés do sofrimento e da dor. Ela reconhece sua importância e segue abrindo caminhos para novos rostos e histórias*

TEXTO CAROL CASTRO **FOTO** JULIA MATARUNA **EDIÇÃO DE MODA** FRED ROCHA **BELEZA** ARTHUR LORDELO **DIREÇÃO DE ARTE** KAREEN SAYURI **LOCAÇÃO** TEATRO FERNANDA MONTENEGRO, NO COPACABANA PALACE

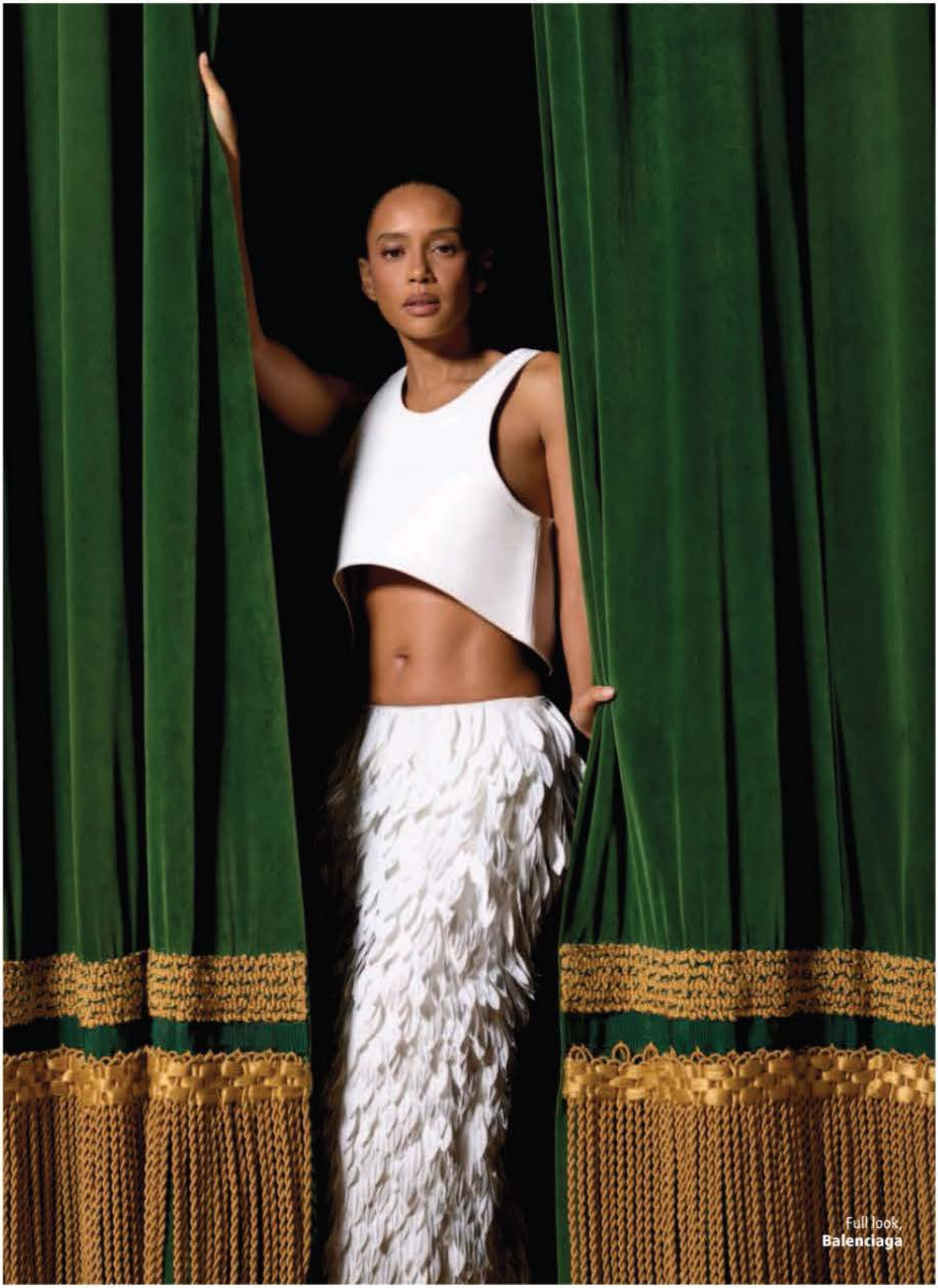
Full look, **Prada**

Taís Araujo adormeceu no meio da maquiagem. "Eu não só dormi, eu babei!", ela assume, com graça. Coloca o primeiro look, tira foto. "Queriam cancelar o ensaio de amanhã, imagina! Falei que não, vamos ensaiar, gente!" Troca o figurino, novas fotos. Repete o ritual mais quatro vezes.

No meio tempo, atende uma ligação do marido, Lázaro Ramos, com quem está casada há 21 anos, pai de seus dois filhos. "Melhor vocês irem, não me esperem, não sei quanto tempo ainda levo aqui." O jantar no restaurante japonês, combinado a pedido da filha, terá de começar sem ela. "Estou morrendo de sono, acho que com cansaço acumulado do estresse."

O tal cansaço é de um dia que começou bem cedo, às 5 da manhã. Taís se levantou e, embora quisesse descansar um pouco mais, saiu de casa para malhar. Voltou, levou as crianças para a escola, foi para o ensaio no teatro. Na noite anterior, ela havia feito a primeira apresentação da peça *Mudando de Pele* — seu primeiro solo —, em um ensaio aberto apenas para convidados no Rio de Janeiro.

Full look, **Stella McCartney**



Full look,
Balenciaga

A maternidade é o lugar que mais deixa a gente insegura, justamente porque é onde nós mais temos expectativa de acertar, mas mais chance de errar

*

Taís pode até cansar, mas não desacelera. E nem pensa em parar. "Meu trabalho me contempla em muitos lugares. Me sinto útil no mundo e isso é muito importante para uma pessoa como eu, com as minhas características. Eu me divirto, eu sou feliz fazendo o que eu faço, então acho que a energia vem", diz.

Há anos, aprendeu que o lugar que ocupa não permite pausas demais. Ela é quem carrega uma longa lista de "primeira mulher negra a...", dando mais espaço e visibilidade a outras pessoas negras. Em 2004, ela foi a primeira negra a ser protagonista de uma novela, em *Da Cor do Pecado*. Foi a primeira Helena (personagem clássica do autor Manoel Carlos) negra da história, em 2009. A primeira mulher negra a apresentar o programa *Saia Justa*, do canal GNT. E a primeira mulher negra a estampar tantas capas de revistas no Brasil.

"Antes eu achava um saco ser sempre mencionada como a primeira isso, a primeira aquilo. Até que eu decidi parar de fugir do que a vida tem construído para mim. Hoje, tenho o maior prazer de agir com responsabilidade, de fazer escolhas responsáveis, no sentido artístico, que esse lugar pede. Essa virada, em aceitar, veio depois que meus filhos nasceram", conta.

CONSELHOS DE FILHO

Os filhos mudaram tudo. Até a forma como as personagens afetam a atriz. No remake da novela *Vale Tudo*, que foi ao ar no ano passado, Taís interpretou Raquel Acioli, uma mãe solo, que ascende socialmente a partir do trabalho. A versão original contava com uma atriz branca, Regina Duarte, no papel da personagem. E Taís gostou de representar uma mulher negra nessa nova versão, com uma história comum, e de sucesso. "É dessas personagens que mudam carreiras, tanto pela qualidade dela enquanto personagem, quanto pelo que ela significa dentro de uma obra dessas."

Ao final das gravações, a atriz fez um vídeo emocionado e disse ter se identificado, enquanto mãe, com as mesmas inseguranças de Raquel. "A maternidade é o lugar que mais deixa a gente insegura, justamente porque é onde nós mais temos expectativa de acertar, mas mais chance de errar. A gente tem dificuldade em entender que os filhos não são uma extensão nossa. É um outro indivíduo, mas precisamos conduzi-los", afirma.

"Por isso a Raquel me emocionava tanto. Era uma pessoa superética, trabalhadora, um mulherão da porra! Aí ela tem uma filha, abre mão da vida para cuidar dela. E aí a filha é a Maria de Fátima! Uma putaria da vida! Eu fico revoltada com Deus nesse momento", brinca.

A vida não fez com ela o mesmo que fez com Raquel. Os dois filhos — Maria Antônia, de 11 anos, e João Vicente, de 15 anos — são tranquilos, segundo a mãe. E a ensinam o tempo todo. Um dia antes da entrevista, Taís recebeu um conselho inesperado da filha: "Cadê a sua autoestima? Vamos levantar essa autoestima! Não a ponto de deixar o seu ego lá em cima, porque isso não é bom para você e quem lida contigo, mas uma autoestima bem trabalhada é legal". Maria Antônia deu o conselho à mãe, após receber dela uma recusa. Taís, cansada após o

Top e saia **Issey Miyake** e sapatos **Christian Louboutin**

ensaio aberto da peça, só queria ir para casa, mas a filha a convidou para comemorar o sucesso em um restaurante japonês — por isso, naquela noite da sessão de fotos, as crianças e o pai haviam saído para jantar. "Ela deve ter escutado isso na internet, em algum lugar. Mas sempre foi desse jeito", diz Taís.

Não só de conselho vive a relação dela com os filhos. A atriz também toma algumas bronquinhas quando reproduz alguma expressão errada — dessas que eram comuns nos anos 1990 e que, por vezes, falamos sem pensar. "Os dois me corrigem, a Maria mais ainda. Eu fico muito alerta em me reeducar, fui criada nos anos 80, gente, às vezes eu falo alguma merda. E eles avisam: 'Mãe, não pode falar isso'."

VELHOS TEMPOS

Nos anos 80 e 90, o mundo era outro — e, felizmente, muita coisa mudou. Taís entende bem disso e luta para que esses velhos tempos percam cada vez mais espaço no presente. Até porque ela vivenciou fortemente os problemas invisibilizados naquela época, principalmente aqueles ligados ao racismo.

É difícil imaginar, hoje, contagem regressiva em jornais para a maioridade de uma atriz. Foi o que aconteceu com Taís, em 1996. Aos 17 anos, ela topou interpretar Xica da Silva, uma mulher escravizada, na novela exibida pela Rede Manchete. "Eu avisei meus pais que precisaria fazer uma cena nua. Eles viam como uma coisa normal de artista. Meu pai me apoiou, disse que aquilo era só trabalho e que não iria tirar a minha dignidade." Mas a cena mencionada só poderia acontecer depois dos 18 anos de Taís. Ansiosos pela nudez da atriz, os jornais anunciavam: faltam cinco dias para o aniversário dela; faltam quatro dias para o aniversário; até chegar o "grande dia".

"Foram dois meses de espera e oito pontos de audiência no Ibope (640 mil pessoas), no momento em que ela dança, se despe e mergulha no rio. Na mesma noite, a audiência da novela competia com o jogo entre Grêmio e Palmeiras, exibido pela Rede Globo", escreveu uma jornalista, em janeiro de 1997. E assim a atriz foi definida: "A 'mulata' Taís Araujo traduz o desejo do brasileiro. [...] Mesmo não tendo 1,77 m de altura, nem cabelos loiros, Taís não pode se queixar. Sua beleza conquistou definitivamente o brasileiro". Não há uma linha sobre sua atuação, apenas sobre o cobiçado corpo de uma mulher negra.

Naquela época, nem mesmo ela sabia tanto quanto hoje sobre letramento racial. Seus pais, embora sentissem a discriminação, a aconselhavam a apenas ignorar e seguir adiante. "Não é que dissessem que não existia preconceito, mas não tinha um letramento para aprofundar a discussão. Entendo que eles faziam isso como forma de criar um mecanismo para que isso não me parasse", diz.

E ela seguiu, por muito tempo, fingindo que não via a intolerância para tentar se encaixar num mundo definido por padrões brancos. Isso

*

Ignorar e seguir adiante. Entendo que meu pais faziam isso como forma de criar um mecanismo para que o preconceito não me parasse

Full look
Louis Vuitton

Top, hot pants,
brincos e braceletes
Véronique
Leroy e sapatos
Aquazurra

*

Tenho muita vontade de construir coisas novas. E novas narrativas sobre a população preta são infinitas, porque tudo foi escondido, silenciado, enterrado

se acentuou ainda mais depois dos 11 anos, quando a família se mudou do Méier, na Zona Norte do Rio, para a Barra da Tijuca, na Zona Oeste da cidade. A partir dali, as músicas de pagode e samba ficaram restritas ao ambiente familiar. Na escola, aprendeu a gostar de música pop internacional para interagir com os amigos de lá. Era sempre ela e, no máximo, outro aluno negro. "Eram dois universos diferentes, mas não era confuso, era rico. Hoje consigo olhar com senso crítico. De entender porque eu tive que abrir mão de uma parte, por que não podia conjugar?", questiona. "Fui fazendo um esforço hercúleo para caber num lugar que te rechaça o tempo inteiro. Mas é isso, fui vivendo, criando estratégias."

Tirou das experiências de não pertencimento algumas oportunidades — aprendeu inglês com músicas gringas, por exemplo. E gostou de algumas coisas: ser fã de Roxette é uma herança dessa época. Curiosidade: nesse momento, ela pausou a entrevista ao lembrar, empolgada, que teria um show da banda dali a dois dias — e, como havia cancelado uma viagem para Paris, poderia ir.

NOVIDADE NO PALCO

Hoje Taís não quer caber em nenhum lugar branco. Ela quer ocupar esses lugares com o seu talento, com as suas características e com a sua história. Quer contar histórias negras sob outros pontos de vista, não apenas pelo viés da dor e do sofrimento. "Tenho muita vontade de construir coisas novas, novas narrativas. E novas narrativas sobre a população preta são infinitas, porque tudo foi escondido, silenciado, enterrado, então a gente tem muitas possibilidades de histórias ainda", explica.

"Esse desejo foi despertado, por exemplo, pelas músicas do Emicida. 'Permita que eu fale, não as minhas cicatrizes, elas são coadjuvantes, não, melhor, figurantes, que nem deveriam estar aqui'. Não que a gente não queria falar sobre a escravização, do período de dor, mas muito já foi dito sobre isso. A gente precisa falar de outras questões, de subjetividades, seguir adiante."

Foi uma dessas possibilidades que Taís viu nos textos da autora inglesa Amanda Wilkin. Depois de cinco anos longe dos teatros, ela volta para interpretar Mayah, uma mulher de quase 40 anos que se cansa da obrigação de caber em acordos sociais, emocionais e identitários. E parte para uma jornada intensa de autoconhecimento. "A peça veio desse desejo. Pesquisei vários textos e esse me despertou, achei muito contemporâneo, gostei da dramaturgia. Ela [Mayah] para e fala sobre algo que está acontecendo num lugar próximo, ou muito longe, e tudo está ligado à conexão entre as pessoas, em poder existir plenamente", explica.

Assim, entre ensaios, gravações e ideias que não param de surgir, Taís encurta as próprias pausas, como fez ao voltar ao teatro. O descanso nunca é completamente descanso. E, mesmo se tivesse um tempo longo de folga, ela garante, não pararia: "Eu iria estudar, porque gosto de descansar carregando pedra", brinca. □

CONECTAR PARA *APROXIMAR*

Marina Daineze, *VP de Comunicação e Sustentabilidade da Vivo, prova que é possível se renovar e seguir aprendendo mesmo após anos na mesma empresa*

TEXTO BEATRIZ LOURENÇO **FOTO** RENATO NASCIMENTO

No fim de 2023, a Vivo lançou uma campanha de marketing para refletir a relação das pessoas como tempo. Usando o slogan "Tem Tempo Pra Tudo", junto com a atriz Denise Fraga, a marca propôs uma ponderação: se o celular ocupa todos os seus respiros do dia, é hora de retomar o controle. Além de um vídeo, a produção rendeu duas apresentações no Teatro Vivo, em São Paulo. Esse é um dos projetos que faz brilhar os olhos de Marina Daineze, Vice-Presidente de Comunicação e Sustentabilidade da marca. Ela, que chegou como trainee há mais de 20 anos, pensa em soluções de conectividade, entretenimento, saúde e bem-estar.

"No início da minha carreira profissional, queria muito poder fazer a diferença, trabalhar com o que gostava e aprender. Eu almejava uma liderança, mas ainda era algo superdistante. Queria trabalhar com propósito e aproximar pessoas", comenta. "O que me encantou foi o olhar para as relações humanas."

Subir de cargo não foi uma surpresa, mas uma construção: além de se especializar na técnica, a gestora entendeu que uma equipe boa era aquela que funcionava sozinha. "Precisamos desenvolver cada um, inclusive formar sucessores, para poder dar um próximo passo na nossa carreira." Em um mercado pautado por mudanças cada vez mais rápidas, ela precisou se adaptar continuamente, lidando com novas linguagens, plataformas e expectativas do público — esse movimento, inclusive, se tornou uma das marcas de sua trajetória.

MUDANÇA ESTRUTURAL

Hoje, ela diz com orgulho que as iniciativas socioambientais são temas conectados ao seu dia a dia. A preservação integra o planejamento de longo prazo, alinhando inovação a compromissos climáticos. "As grandes marcas têm poder de voz, influência e engajamento. Portanto, têm responsabilidade em atuar de forma propositiva", pontua. Projetos culturais e educacionais ganharam protagonismo nos últimos anos, reforçando a ideia de que a tecnologia também pode ser ferramenta de transformação e de fortalecimento de comunidades. A Fundação Telefônica Vivo, por exemplo, atua em prol da educação pública, capacitando professores e alunos no ambiente digital. "O lema é aproximar pessoas do que é importante, não só umas das outras, mas das possibilidades de desenvolvimento pessoal."

Em um cenário em que o celular passou a mediar o trabalho, as relações e até a construção da identidade, ela observa que a hiperconexão trouxe benefícios, mas efeitos colaterais que exigem consciência. E o desafio de equilibrar nossa relação com a internet não é individual, mas coletivo. À primeira vista, pode parecer estranho um grupo de telecomunicações falando sobre desconectar. Porém, é comum dentro da própria companhia a discussão sobre a diminuição do tempo de tela e como fazer boas escolhas no universo online impactam a saúde mental e o bem-estar. "A internet é uma coisa realmente maravilhosa, mas pode trazer uma sensação de comparação e de que talvez a vida do outro seja muito melhor do que a sua. Ter consciência disso é superimportante."

> *AS GRANDES MARCAS TÊM PODER DE VOZ, INFLUÊNCIA E ENGAJAMENTO. PORTANTO, TÊM RESPONSABILIDADE*

PAIXÃO QUE MOVIMENTA

No campo do trabalho, Marina reconhece que o amor pelo que faz pode facilmente ultrapassar limites se não houver disciplina e apoio. "É uma balança que você tem que estar o tempo todo medindo", resume. Conciliar demandas profissionais com a vida pessoal exige ajustes constantes, especialmente para quem ocupa posições de liderança e ainda cuida da família. Nesse processo, a confiança no time se torna fundamental para dividir as responsabilidades. "Ninguém nunca está 100%. Muitas vezes eu estou 70 e você está 30. E, juntos, a gente soma os 100%", afirma.

Segundo ela, a ideia de liderança inatingível ficou para trás. Estar aberta à vulnerabilidade e à troca, além de pedir ajuda e oferecer apoio faz parte de sua cultura profissional. Ou seja, compartilhar fragilidades e desafios — inclusive aqueles pessoais — deixou de ser sinal de fraqueza para se tornar uma forma de fortalecer vínculos dentro das equipes. "A gente vive uma nova era. Para as pessoas estarem no seu melhor potencial, elas precisam estar inteiras. E elas enxergam isso no outro também", afirma.

Após mais de duas décadas, a profissional segue movida pela curiosidade e reinvenção — não só dela, mas de um país inteiro. "Continuo animada como aquela aquela jovem que entrou na Vivo. Sigo olhando para uma tecnologia do futuro que traga prosperidade para as pessoas e para o planeta." □

De olho NO GOL

A jornalista ***Bárbara Coelho*** *tomou para si a responsabilidade de conscientizar sua audiência sobre o valor da mulher dentro e fora dos campos*

TEXTO BEATRIZ LOURENÇO

Ser pioneira nunca foi um plano para Bárbara Coelho. Mas, desde a faculdade, quando participava das rodas de discussão sobre futebol dominadas por homens, aprendeu a ocupar espaços que não haviam sido pensados para ela. Na televisão, consolidou sua presença como uma das vozes mais respeitadas do jornalismo esportivo brasileiro. Hoje, amplia esse percurso ao integrar a CazéTV e se tornar a primeira mulher a entrar para o grupo de sócios da Sociedade Anônima do Futebol (SAF) do Rio Branco Atlético Clube.

Chegar a esse posto, porém, não foi fácil. Natural de Vitória, no Espírito Santo, a comunicadora previu seu futuro no estádio do Maracanã, quando seus olhos brilharam ao encontrar jornalistas trabalhando dentro do gramado. "Decidi que queria viver daquilo." A carreira começou cedo, na Rádio Espírito Santo: "Nunca havia passado nenhuma mulher na editoria de esporte. Me contrataram porque eu batia na porta o tempo todo." Pouco depois de se formar, vendeu um carro para viajar de forma independente até a África do Sul e cobrir a Copa do Mundo de 2010. A experiência, improvisada — e um tanto arriscada —, funcionou como um rito de passagem. "Estava muito convicta do que queria para mim e sabia que, para ter sucesso, precisava contar uma história diferente."

Em 2018, ela assumiu um dos maiores desafios da carreira: a apresentação do *Esporte Espetacular*, na TV Globo, um dos mais tradicionais do segmento. O reconhecimento veio com a tarefa de cobrir grandes eventos, incluindo Copas do Mundo, Fórmula 1 e Jogos Olímpicos. "Já entrevistei a Serena Williams, grandes pilotos e personalidades marcantes, como o próprio presidente da FIFA, o Gianni Infantino", comenta. "Sou uma mulher muito bem posicionada no futebol, mas posso falar sobre qualquer coisa."

*

Sinto que hoje há um distanciamento do futebol porque as coisas estão muito polarizadas. Falar da seleção brasileira acabou se tornando um terreno muito difícil

CORAGEM PARA INOVAR

Após sete anos à frente do programa, Bárbara entendeu que era hora de expandir seu nicho. Foi aí que, no ano passado, se lançou no streaming como apresentadora da CazéTV. Apesar de ser um território ainda em transformação, ela entendeu que o desafio possibilitaria o exercício de autonomia da própria carreira. "Na Globo, me propuseram ser comentarista de cabine, mas não embarquei. Achei que não era o que estava buscando para mim. Eu queria ampliar meus horizontes e a vaga ia me encaixotar."

Agora, em uma plataforma marcada pela linguagem direta, pelo diálogo com o público e pela velocidade das redes sociais, a profissional encontrou um ambiente que valoriza sua disposição de correr riscos e de acompanhar as transformações do mercado. "Hoje digo que sou CEO da minha própria vida. Preciso me reinventar o tempo todo", ressalta. "A gente tem que pôr na mesa o que a gente busca, o caminho que quer construir. Não esperar que isso venha de cima."

ABRIR CAMINHOS

Bárbara entende o impacto que tem nas próximas gerações de meninas — é por isso que não teme em se posicionar quando encontra com o machismo dentro ou fora do campo. Em fevereiro, o zagueiro Gustavo Marques, do RB Bragantino, criticou de forma preconceituosa a atuação da árbitra Daiane Caroline Muniz dos Santos. Ao comentar o caso, a jornalista frisou que era preciso entender a violência cometida por ele. "Quando escutei, não consegui nem mais prestar atenção no jogo", declarou. "O que me assusta é saber que uma pessoa que está sendo gravada, microfonada e sabe que está em um ambiente público, tem a liberdade de ser tão desonesta e covarde com tanta facilidade."

Mais tarde, quando Neymar reclamou, durante um jogo, do árbitro Sávio Pereira Sampaio, usando a expressão "acordou de chico", ela corrigiu ao vivo: "Usada para falar sobre a menstruação, 'chico' vem de chiqueiro, de coisa nojenta, como se a mulher não prestasse naquele momento. Não usamos mais esse nome".

Ainda que saiba que suas falas podem ser distorcidas, ela acredita que o silêncio não é uma opção. A ideia é conscientizar sua audiência sobre a necessidade de romper estruturas que deslegitimam mulheres. "Quando você se posiciona de forma correta, sem desmerecer ninguém e tendo muita consciência do trabalho que está fazendo, não há o que temer", diz. "Não posso permitir que sejamos diminuídas ou desautorizadas em nenhum ambiente da sociedade."

TORCIDA PODEROSA!

Sua próxima viagem profissional será marcante: em junho, desembarca nos países da América do Norte para acompanhar os jogos da Copa do Mundo. Para Bárbara, o evento será histórico. Primeiro, porque o canal irá transmitir todas as partidas. Segundo, pelo compromisso de levar aos jogadores o entusiasmo do brasileiro. "Sinto que hoje há um distanciamento do futebol porque as coisas estão muito polarizadas. Falar da seleção brasileira acabou se tornando um terreno muito difícil", declara. Além disso, viver em uma era digital deixou a torcida mais afastada do calor humano — algo que, claro, afeta a forma como assistimos aos jogos. "Antigamente a gente se reunia mais. Estávamos mais presentes. E não só de corpo, mas de alma também — o mundo digital alterou nossa relação com o esporte."

Mesmo assim, a sensação é de otimismo: "Temos um grande time e o maior treinador do mundo no comando. Estamos em oito jogos e a maior seleção é a nossa. Acredito que temos tudo para fazer uma grande Copa. Não falo isso da boca pra fora." Fica aqui a nossa torcida. □

"Burnout" financeiro

Minha mãe faz crochê. E adora me presentear com as suas produções. Tenho um sousplat amarelo, outro vermelho. Porta-copos coloridos. Costumo apostar, entre o básico e o clássico, no preto, branco, cinza ou bege. Mas, naquela noite, escolhi cores vivas. Três amigas — dessas que a vida aproxima pelo estudo — chegariam para trocarmos ideias sobre carreira, aprendizados e futuros. Não costuma ser um papo sério. Pelo contrário, divertido. Assim como a composição da mesa, acompanhada de uma taça de vinho meio cheia.

A gente não conta apenas histórias nossas, fazemos uma ode à fofoca, esse wi-fi invisível que conecta a sociedade. A vida financeira dos outros nos interessa, confesso.

Não estou assistindo a nenhum reality show, mas falar da vida de quem conhecemos de perto é irresistível. Como a da "mãe trackfield", que leva o filho na escola e posta a malhação que se arrasta por toda a manhã; a da família legendária, que para o carro na calçada; os pais de pet, que andam com os bichinhos em carrinho de bebê. Demos risada, e uma amiga rebateu: "Mas sem julgamento?".

Concordamos, claro.

Mesa posta, conversa relaxante: enfim, chegamos. É um assunto novo, intimista, delicado e necessário: "burnout" financeiro. Não adianta a desculpa "sou de humanas", é hora de encarar os fatos.

Juntas, após outra taça, agora totalmente cheia, concluímos que é aquele estado de esgotamento emocional, mental e físico causado pela pressão constante com dinheiro, seja por falta, instabilidade, excesso de responsabilidade ou até pela obsessão em ganhar mais.

A discussão, dessa vez mais profunda, bateu em nós quatro — de formas diferentes em cada uma, mas não menos preocupantes. Aquela sensação de nunca dar conta financeiramente, mesmo trabalhando muito; ansiedade ao abrir o app do banco; culpa ao gastar até com coisas básicas; pensamentos recorrentes tipo: "preciso ganhar mais" ou "não posso parar"; dificuldade de descansar porque a cabeça está sempre no dinheiro; exaustão ligada ao trabalho, mas com raiz financeira.

> *"É AQUELA SENSAÇÃO DE NUNCA DAR CONTA FINANCEIRAMENTE, MESMO TRABALHANDO MUITO; DA ANSIEDADE AO ABRIR O APP DO BANCO; DA CULPA AO GASTAR ATÉ COM COISAS BÁSICAS*

No cansaço "normal", você fica uma semana offline, ou tira férias remuneradas de 30 dias, e melhora. No "burnout" financeiro, você até descansa um pouco, mas o dinheiro continua sendo fonte constante de tensão a ponto de drenar a energia.

Costumo pregar um mantra: falar de finanças não é sobre matemática e, sim, sobre estrutura e gênero. Já era hora de suspender as taças de vinho, mas seguimos falando sobre camadas e camadas por trás do diagnóstico da exaustão financeira: salários menores; jornadas duplas ou triplas, responsabilidade invisível pela casa, pelos filhos, pelos pais idosos; medo de depender financeiramente. É falha coletiva.

Se não tem diagnóstico claro, muito menos licença médica, como tentar ser mais racional e menos emocionalmente exaustiva quando o assunto é dinheiro? Bom, sigo na terapia tentando descobrir, cada uma tem o seu processo para encarar. Enquanto isso, adiciono cor e amigas na vida, crio espaços de respiro e, de vez em quando, me permito acordar com ressaca. □

Paola Carvalho
@paolajardimcarvalho
é jornalista especializada em economia e finanças pessoais

Foto Renato Nascimento

CLAUDIA *lifestyle*

Casa viva

A INFLUENCIADORA LU NUNES MOSTRA COMO NÃO TER MEDO DAS CORES E TORNAR TUDO MAIS ESPECIAL QUANDO FEITO COM AS PRÓPRIAS MÃOS

Foto Wesley Diego Emes

SEM RÓTULOS
No Sucinta, a chef Dadis transforma produtos simples em grandes criações

MAIS LUZ
Uma vitrine de luminárias fora do comum para você ousar na decoração

EM FAMÍLIA
Um roteiro para curtir a Costa do Sauípe com os pequenos – e sem estresse

Sucinta, mas nunca SIMPLÓRIA

À frente do ***Sucinta****, em São Paulo, a chef* ***Dadis Vilas Boas*** *constrói uma cozinha autoral com técnica, propósito e ingredientes brasileiros — e ainda opera com uma equipe formada integralmente por mulheres*

TEXTO MARINA MARQUES **FOTOS** BRUNO GERALDI
EDIÇÃO DE ARTE LAÍS BREVILHERI

O nome do bar não é irônico, mas tampouco literal. "A gente queria algo sucinto, que fosse direto ao ponto", diz a chef Dadis Vilas Boas. "Fazer o essencial bem feito." A frase se repete como um norte, mas o que acontece na prática é menos contido do que sugere. O Sucinta, aberto em setembro do ano passado na Vila Anglo Brasileira, em São Paulo, organiza-se a partir dessa ideia de síntese, mas ela nasce de um processo de refinamento, não de uma cozinha simplificada. O que chega à mesa reflete o percurso já bastante consolidado da chef, com pratos que partem de referências cultivadas ao longo de sua trajetória e são trabalhados de forma enxuta.

A casa surge depois de um período decisivo em seu caminho. Durante quatro anos, Dadis comandou o Pingue Aqui, iniciativa que funcionava no quintal de sua casa, onde recebia grupos pequenos em jantares que variavam constantemente. Ali, a dinâmica funcionava com pouca rigidez: menos pressão de operação e mais espaço para experimentação. "Foi muito importante para eu entender a minha cozinha sem tanta interferência", afirma. "Era um lugar onde eu podia testar mais, errar mais, mudar o cardápio com frequência." Foi nesse período em que brotou um interesse mais profundo pelos vegetais e por uma cozinha livre de categorias, com cardápios majoritariamente vegetarianos e baseados em ingredientes sazonais.

A decisão de abrir um local físico veio acompanhada de uma mudança de desejo. "Havia essa vontade de voltar para a rua, de ter um espaço onde não precisasse de reserva, de querer estar mais para fora do que tão recolhida", diz. A ideia inicial era montar um boteco focado em vegetais e frutos do mar, mas o encontro com o pequeno imóvel onde hoje funciona o Sucinta redirecionou o projeto. A partir daí, a casa passou a se estruturar com a entrada da fotógrafa Isabelle Bottini como sócia, enquanto sua irmã,

O patê de atum parte de uma memória simples, com o peixe confitado na casa e servido com salada de maionese e cenoura

O beef tataki reúne diferentes referências, com emulsão de batata e aliche, gema marinada e ponzu de tucupi

Receber

*

Somos uma equipe 100% formada por mulheres. Mais do que um recorte de gênero, é a importância de criar um espaço em que todos fiquem à vontade para se sentir parte

Andrea, sommelière, assumiu a curadoria de vinhos em uma parceria bem próxima entre as irmãs gêmeas. "Existe muita vontade de ver uma a outra dando certo", diz sobre a relação familiar. O resultado é um bar de vinhos de bairro, com carta focada em rótulos de baixa intervenção, pensados para harmonizar com os pratos da chef, que sempre equilibram dulçor, salgado, acidez, amargo e umami.

O formato do Sucinta se ajustou ao espaço, já a cozinha se organizou a partir de um repertório que não se limita a categorias. Há ingredientes brasileiros — tucupi, dendê, caju —, mas sem compromisso com uma ideia fechada de "cozinha brasileira". Há técnica clássica, reflexo da formação francesa de Dadis, mas sem que ela se torne protagonista. "Sempre tive muita curiosidade com ingredientes diferentes, teve uma época que eu visitei muitos produtores. Tive uma formação na França, estagiei na Espanha e nunca deixei de querer voltar ao Brasil, de olhar para a minha origem. Então existe esse interesse genuíno pela cultura alimentar brasileira, mas sem a necessidade de rotular — não é uma comida brasileira, não é uma comida francesa, não é uma comida espanhola", reitera. "O conceito talvez seja entregar profundidade de sabor, trabalhar bem o ingrediente, tentar usar o que está ao meu redor, o que é sazonal."

*

Apostamos no simples,
mas no simples
com profundidade,
sem formalidade,
sem cobranças excessivas

Esse repertório foi sendo construído na prática, a partir de experiências diversas: da formação no Institut Paul Bocuse, do estágio no estrelado El Celler de Can Roca, em Girona, até o retorno ao Brasil, motivado tanto por vínculos afetivos quanto por uma relação com nossa cozinha. "Eu sentia falta da família, dos amigos, do clima brasileiro e até dos ingredientes."

PONTO DE VIRADA

Antes da gastronomia, no entanto, o caminho de Dadis era outro. Formada em audiovisual, migrou de área após um período de ruptura pessoal, marcado pela morte da avó. A ida à França, inicialmente para estudar Cinema, acabou funcionando como transformação. "No miniapartamento que morei, todos os amigos me visitavam para eu cozinhar. Cada um levava uma coisa e eu virei a grande cozinheira da turma", lembra.

Decidiu transformar o hobby em profissão e buscou formação profissional, além de uma imersão em cozinhas de perfis rígidos. "Era muito exigente, muito militar. Eu nunca tinha trabalhado em restaurante, então foi um choque, mas uma experiência muito importante." A passagem pelo Maní, já de volta ao Brasil, aproximou-a de uma outra forma de conduzir o trabalho, influenciada pela premiada chef Helena Rizzo. "Eu admiro muito a postura dela dentro da cozinha, a calma junto com a exigência, uma delicadeza que é muito bonita."

CARPACCIO DE ABOBRINHA

INGREDIENTES

Para o carpaccio
- 2 abobrinhas italianas frescas
- 1 limão-tahiti
- 1 limão-siciliano
- Azeite de oliva extravirgem
- Salsa fresca picada
- Hortelã fresca picada
- Sal a gosto

Para a pasta de berinjela
- 1 berinjela grande
- Azeite de oliva extravirgem
- Sal a gosto

Para finalizar
- Queijo Tulha ralado fino ou outro queijo curado tipo parmesão
- Castanha-do-pará e semente de abóbora picadas grosseiramente
- Creme de aceto balsâmico
- Flor de sal
- Folhas frescas de hortelã

MODO DE PREPARO

Carpaccio de abobrinha: Com o auxílio de uma mandolina, fatie as abobrinhas em rodelas bem finas. Retire as raspas dos limões e misture às fatias de abobrinha. Esprema o suco dos limões sobre elas, ajustando a acidez. Junte o azeite, a salsa, a hortelã picada e tempere com sal. Misture delicadamente e deixe marinar por pelo menos 20 minutos, até que a abobrinha fique levemente macia.
Pasta de berinjela: Leve a berinjela diretamente à chama baixa do fogão e asse, virando aos poucos, até que toda a casca esteja tostada e o interior completamente macio. Dica: faça pequenos furos na casca com a ponta da faca antes de levar ao fogo, para evitar que estoure durante o preparo. Retire do fogo, deixe amornar e remova a casca queimada. Transfira a polpa para um processador ou amasse manualmente até obter uma pasta lisa. Tempere com azeite e sal.
Montagem: Distribua as fatias de abobrinha marinadas por toda a superfície de um prato grande ou travessa rasa, formando uma camada uniforme. Espalhe pequenas porções da pasta de berinjela sobre o carpaccio. Finalize com fios de creme de aceto balsâmico, flor de sal, queijo ralado, nuts e folhas de hortelã.

O carpaccio de abobrinha, inspirado em uma receita da avó, reforça o protagonismo dos vegetais na cozinha da chef

Sem usar farinha, o nhoque de banana da terra é servido com caldo amoquecado, castanha de caju e coentro

O escabeche de mexilhão ganha sotaque brasileiro com maionese de dendê e biscoito de polvilho

Ao longo dessa trajetória em diferentes ambientes, um elemento se mantém constante: a presença feminina. A relação de Dadis com a comida começou no ambiente doméstico, admirando suas avós, cozinheiras de mão cheia, e observando os encontros familiares. "Minha mãe é uma das principais referências que eu tenho, uma mulher que construiu o próprio caminho com muita autonomia, sensibilidade e coragem." Essa formação se traduz hoje de maneira concreta na operação do Sucinta, cuja equipe é integralmente feminina.

"Foi intencional, hoje somos uma equipe 100% formada por mulheres. Acho que isso repete as conexões que fui criando ao longo da minha trajetória e o tipo de ambiente que buscamos construir ali dentro. Mais do que um recorte de gênero, é a importância de criar um espaço que seja respeitoso, em que todo mundo fique à vontade para trabalhar, se desenvolver e se sentir parte", defende.

Esse posicionamento se reflete também na dinâmica interna da casa. Embora a decisão final passe pela chef, há uma tentativa constante de construção coletiva. "Não gosto de virar e falar 'tem que ser assim'. Gosto de ouvir, entender e, a partir disso, tomar uma decisão." A condução busca equilibrar exigência e escuta, em um ambiente que, segundo ela, precisa lidar com a intensidade do serviço sem reproduzir lógicas abusivas ainda tão comuns. "É um trabalho puxado, então a gente tenta criar um espaço de diálogo, onde as pessoas consigam se desenvolver e se sentir bem."

*

O conceito talvez seja entregar profundidade de sabor, trabalhar bem o ingrediente, tentar usar o que está ao meu redor, o que é sazonal

A paleta desfiada de cordeiro é envolta em massa folhada e servida com compota de caju, saladinha fresca e coalhada de ovelha

A banana desquite revisita a banana split com doce de banana, sorvete de cumaru, chantilly de doce de leite, calda de amora e chocolate e farofa de castanha de caju caramelizada

CONSTRUÇÃO DE SABORES

Na nova casa, ela ampliou seu espectro de ingredientes, incorporando as proteínas animais, mas sem deslocar o eixo da cozinha. "Eu não acredito mais no protagonismo da carne", afirma. "Mas também não estou no radicalismo. Entendo que trabalhar com carne não é um problema." Contudo, a carne não faz falta no carpaccio de abobrinha com berinjela defumada e queijo tulha — inspirado em uma receita da avó. A entradinha, um dos exemplos desse protagonismo vegetal, preenche o paladar com complexidade.

Ao mesmo tempo, a paleta desfiada de cordeiro com compota de caju mostra como a carne entra na cozinha da casa sem ocupar um lugar central absoluto, sempre em diálogo com outros elementos. Já o nhoque de banana-da-terra com caldo amoquecado reforça o interesse por ingredientes brasileiros e combinações que partem desse repertório sem se fixar em uma leitura tradicional.

❊

Apostamos no simples, mas no simples com profundidade, sem formalidade, sem cobranças excessivas

O Sucinta surge ainda como uma resposta a um modelo de gastronomia que, para a chef, já não se sustenta. "Não acredito mais na alta gastronomia como operação", afirma. "Ela tem muito valor na pesquisa, na provocação, mas como operação, hoje, não acho sustentável." A alternativa que propõe passa por uma mudança de abordagem. "Apostamos no simples, mas no simples com profundidade, sem formalidade, sem cobranças excessivas." Essa ideia se estende às sobremesas, como a "banana desquite", que parte de uma memória conhecida — a banana split — para incorporar ingredientes como castanha-de-caju, chocolate amargo e sorvete artesanal de cumaru.

Hoje, Dadis vê a casa como parte de um processo que ainda está em curso. "Estamos nos estruturando, aprendendo com o dia a dia", diz. O espaço acompanha também a forma como vem pensando o próprio trabalho na gastronomia: "Às vezes não dá certo, mas faz parte", afirma. "É uma cozinha que respeita a técnica, mas não é rígida." □

Indoor

Em constante MOVIMENTO

Num apartamento histórico de Higienópolis, a influenciadora ***Lu Nunes*** *cria um lar colorido e autoral, feito de garimpos, intervenções à mão e escolhas que acompanham sua rotina*

TEXTO MARINA MARQUES FOTOS WESLEY DIOGO DIAS EDIÇÃO DE ARTE

ALMA LAVADA DE SOL
HOLLYWOOD
PAULO

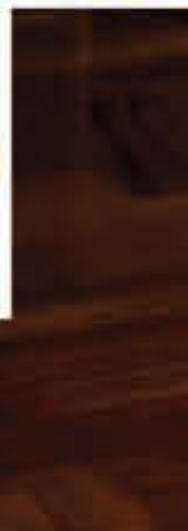
Indoor

O piso de caquinhos da varanda foi o primeiro sinal de que aquele apartamento tinha potencial. Em um prédio clássico do bairro de Higienópolis, em São Paulo — projetado por Artacho Jurado —, o detalhe foi decisivo para sua moradora, a influenciadora Lu Nunes, que se identificou de imediato: "Eu sou apaixonada por São Paulo. Eu odeio quem fala mal da cidade. As pessoas dizem que não tem isso ou aquilo, mas tem tudo. É só saber enxergar as belezas".

A fala resume um olhar que se repete em diferentes pontos da casa. Luiza gosta, principalmente, de valorizar o que já existe, o que carrega história e aquilo que foge do padrão homogêneo. Antes mesmo de morar ali, já tinha interesse por esse tipo de arquitetura. "Eu adoro observar os prédios e andar pela cidade vendo os detalhes. Sempre gostei dessa coisa mais antiga, mais colorida." O trabalho do arquiteto responsável pelo edifício da década de 1950 — conhecido justamente por introduzir cor e ornamento em meio à verticalização cinza de São Paulo — se conecta diretamente com esse repertório.

O apartamento onde vive hoje com o namorado, Theo, foi ocupado por eles há menos de dois anos. A configuração atendia a uma demanda prática: além do quarto, era importante ter espaços de trabalho, já que ambos atuam em casa. No caso dela, isso tem impacto direto na forma como o ambiente é pensado. Influenciadora de lifestyle, Lu produz grande parte do conteúdo dentro do próprio lar. "Eu preciso desses cantinhos, desses cenários", explica. Apesar disso, a casa não foi pensada só para funcionar como pano de fundo, foi sendo construída aos poucos e sem pressa. "Eu sinto que montar uma casa é uma atividade que nunca tem fim. Acho isso gostoso, porque senão... Ah, daí acabou? Não tem mais nada para pôr? Mas sempre tem alguma coisinha que você pode mexer, um canto que você olha e pensa: 'e se eu colocar algo aqui?'."

Apesar de morarem de aluguel atualmente, o que poderia limitar intervenções mais profundas, isso acabou orientando as escolhas do casal. "Tem muita gente que não mexe porque é alugado, mas dá para fazer muita coisa. A gente quis mostrar isso também." As mudanças foram pensadas para serem reversíveis, mas ainda assim transformaram bastante o espaço. A cozinha, por exemplo, estava originalmente cinza. "Era horrorosa", diz a moradora, que evita esse tipo de to-



A parede azul ganha protagonismo no estar. A entrada de luz natural vinda da varanda destaca os quadros garimpados pelo casal

O espelho solar foi garimpado da irmã e pintado pela moradora. A parede em tom tijolo entra em sintonia com o piso de caquinhos da varanda

*

A gente que pintou tudo. Eu gosto muito desse processo. Acho que fica mais especial, você vai construindo o seu espaço

nalidade. A solução foi envelopar os armários, criando uma base azul intensa que muda completamente a leitura do ambiente. Hoje, a bancada é repleta de peças de cerâmicas e pequenos itens decorativos. A mesma lógica aparece em outros espaços, como nas paredes do pequeno hall de entrada, com listras em off-white e bordô. A finalização gráfica foi pintada manualmente, com inspiração em referências parisienses e também em uma estética mais lúdica. No escritório, que também abriga o closet da moradora, o xadrez foi feito à mão, "quadradinho por quadradinho", como ela descreve. Já a parede azul da sala, onde ficam quadros que carregam memórias de viagens, segue o mesmo princípio. "A gente que pintou tudo. Eu gosto muito desse processo. Acho que fica mais especial porque você vai construindo o seu espaço."

FAÇA VOCÊ MESMA

O fazer manual é um reflexo direto da sua formação. Lu estudou em escolas construtivistas, onde atividades práticas e criativas eram parte do cotidiano. "Se você me pedir para fazer uma conta, talvez eu não saiba, mas tudo que é manual eu dou um jeito", brinca. O incentivo à criação também vinha de casa. "Minha mãe sempre fez tricô, minha avó bordava, minha tia-avó tinha marcenaria." A irmã também entra nesse processo: foi ela quem costurou detalhes de peças como os abajures do quarto. "Eu comprei a base, pintei, escolhi o tecido e minha irmã costurou. Toda vez que os vejo, lembro dela."

Esse repertório aparece em vários detalhes do lar, incluindo as almofadas feitas com tecidos comprados no Brás, móveis herdados, objetos adaptados e cortinas pensadas para trazer textura. "Eu gosto de fazer coisas personalizadas. Mesmo quando compro, depois eu vou lá e mexo, coloco minha carinha." O garimpo também faz parte do processo. "Eu adoro fuxicar brechó, trazer itens de viagem, coisas antigas." Na sala, uma mesa redonda de madeira escura herdada da tia-avó ocupa um lugar central. Os tapetes do pai — hoje na sala e na cozinha — também carregam uma história particular. "Uma vez, ele comprou uns 20 tapetes de um amigo e ficava oferecendo pra gente. Na época, não queria. Depois que ele morreu, virou briga entre minhas irmãs e eu."

Os muitos objetos garimpados trazem sua trajetória para dentro do apartamento. E as cores intensas nas paredes ajudam a contar essa narrativa. Ela diz gostar de "casa com vida" e, desde o início, tinha clareza sobre o que não queria: nada muito neutro ou que remetesse ao estilo industrial. Evita especialmente o cimento queimado e referências mais frias, preferindo ambientes com "cara de história, meio casa de vó". Ao mesmo tempo, houve um ajuste em relação a fases anteriores. "Teve uma época que minha casa era muito casinha de boneca", conta. A intenção agora era manter as cores, mas de forma mais equilibrada, menos literal. A solução foi trabalhar com tons mais intensos, porém combinados a elementos que dessem contraponto, como o chão de taco da sala. "Eu não tenho medo de cor. Se fosse tudo branco, eu não iria gostar. Me sentiria desconfortável."

DE PORTAS ABERTAS

Receber pessoas é uma parte importante do uso da casa. A sala, integrada à cozinha, concentra a maior parte das atividades do dia a dia e também os encontros. "Eu faço tudo ali. Leio, trabalho, recebo." A varanda, com o piso de caquinhos, é mais usada aos fins de semana, principalmente para refeições ao ar livre. Luiza não cozinha com frequência, mas se dedica intensamente à mesa posta. A escolha das louças varia de acordo com quem está sendo recebido. "Dependendo da pessoa, eu monto de um jeito. Tenho coleção de xícaras, então penso qual combina com cada um." O hábito vem de família: "Minha mãe sempre recebeu muito, minha avó também. Acho que eu peguei isso delas".

*

Eu gosto de fazer coisas personalizadas. Mesmo quando compro, depois eu vou lá e mexo, coloco minha carinha

A cristaleira guarda a extensa coleção de xícaras da moradora

Antes cinza, a marcenaria da cozinha foi envelopada de azul e ganhou toque vintage

Indoor

O tapete de onça veio na mala direto de uma viagem para Nova York

Essa dinâmica, que mistura encontros, rotina e trabalho no mesmo espaço, também reflete uma mudança mais recente na relação dela com a casa. Durante muito tempo, evitava ficar dentro do próprio lar. "Eu não conseguia. Se estava sol, eu queria estar lá fora. Tenho uma sede de viver muito grande." Além disso, sua agenda sempre foi cheia, com compromissos e encontros. Aos poucos, seus objetivos começaram a mudar. "Eu estou aprendendo a ficar mais em casa. E ter um apartamento gostoso ajuda muito." O espaço passou a ser também um lugar de pausa, de recarregar as energias.

É nesse mesmo ambiente que o trabalho acontece — e, em muitos aspectos, se mistura à vida cotidiana. O percurso profissional de Luiza foi se desenhando a partir das experiências que ela já vinha acumulando. "Eu nunca escolhi ser influenciadora. Foi acontecendo." Formada em rádio e TV, começou em grandes emissoras de rádio, passou pelo mercado de moda e sempre esteve ligada à comunicação. A presença nas redes cresceu de forma

A cômoda do escritório foi repaginada com puxadores vindos de diferentes origens: de uma feirinha vintage de Saint-Tropez a Zara Home. O pôster floral veio de Londres

*

Eu ainda tenho essa vontade de viver tudo, de estar em todos os lugares. Mas entendi que também preciso me recolher, respirar

gradual, acompanhando esse percurso e incorporando habilidades que ela já desenvolvia — da criação de conteúdo à familiaridade com câmera e roteiro. Durante a pandemia, passou a produzir mais vídeos da sua rotina. "Quando as marcas perceberam que o digital era o caminho, eu já estava fazendo." A partir daí, estruturou melhor o trabalho e ampliou sua atuação: looks do dia, roteiros pela cidade, viagens pelo mundo e vida saudável.

Mesmo com o crescimento, faz questão de ter escolhas conscientes sobre seu ritmo. "Eu poderia ser maior, mas prefiro me manter menor e manter minha verdade." Isso se reflete tanto no tipo de conteúdo quanto nas parcerias que aceita. "Eu só faço o que eu gosto, o que faz sentido para mim." Em paralelo, segue investindo na atuação, um interesse antigo, que nasceu quando ainda era criança. "Eu sempre quis ser atriz." Hoje, concilia a produção de conteúdo com aulas e estudos de dramaturgia.

O lar atual reflete bem esse momento, já que as casas sempre acompanham suas fases da vida. Hoje, aos 32 anos, ela representa um equilíbrio maior entre movimento e pausa. "Eu ainda tenho essa vontade de viver tudo, de estar em todos os lugares. Mas entendi que também preciso me recolher, respirar." O apartamento segue em transformação, com mudanças pequenas e constantes, mas já consolidado como um espaço onde ela consegue tanto produzir quanto desacelerar. E talvez seja isso que torna a sua morada tão especial, não apenas pelos garimpos e habilidade com as cores, mas pelo fato de que, ali, Luiza encontrou um lugar onde também pode, finalmente, pertencer. □

Dopamine lights

A luz indireta pode transformar um ambiente — melhor ainda se for com peças tão únicas. Confira nossa seleção de luminárias e arandelas

CURADORIA
MARINA MARQUES
GABRIELA NASSIF
KAREEN SAYURI
KARIN HUECK

Luminária Formas,
R$ 849,90 por
@bekka_studio
para @pirilam.pa

Abajur
Geométrico #5,
R$ 1.850
@curiosa_curiosa_

Abajur
Riviera Tapis,
R$ 2.297,61
@westwingbr

Pendente Trem
das Cores 8,
R$ 1.069,90
@pirilam.pa

Luminária de piso Dozza,
R$ 5.678,06 @ornedecor

Luminária Pirâmide,
R$ 12.800
@curiosa_curiosa_

Luminária Circus Chic, **R$ 375**
@mooodydecor

Arandela Cumaru,
R$ 615
@facho_luminarias

Luminária de mesa Fun,
R$ 1.505,61
@westwingbr

Lustre pendnete pequeno,
R$ 379,90 @zarahome

Luminária Ararinha
Azul, **R$ 2.800**
@ateliergabrieldornelas

Abajur Poulet mini,
R$ 1.200
@lapoltronastudio

Luminária
Totem G,
R$ 5.659
@reginamisk

Luminária de
piso Mahi,
R$ 8.771,45
@ornedecor

Luminária Yuki,
R$ 2.964
@designkiiro

Abajur de mesa
sem fios, **R$ 269,90**
@zarahome

Arandela Mump, **R$ 457,20** **@ornedecor**

Lustre Vibes mostarda, **R$ 1.098,90** **@momycodecor**

Luminária de piso Babadul, **R$ 33.700** **@fasiluminacao**

Luminária de piso Dentelles, **R$ 15.066,81** **@ornedecor**

Luminária Alga, **R$ 4.100** **@bekka_studio**

Fotos Luminária de piso Babadul – Ingo Maurer; demais – Divulgação

MAR, SOL E ZOEIRA

A Costa do Sauípe aposta em reformas, experiências e conteúdo infantil para receber famílias em busca de descanso e conforto. O resultado vem em forma de diversão e hotéis cheios

TEXTO KARIN HUECK

Férias com filhos pequenos. Para quem vê as fotos, um momento de conexões profundas, sorrisos banguelas e uma oportunidade de gerar memórias indeléveis em pequenos cérebros em formação. Para quem tem filhos na primeira infância, porém, o momento passa por listas mentais infinitas, como "não posso esquecer de levar o redutor de assento de privada" e "quando foi mesmo o horário da última soneca?".

Nesse sentido, qualquer estrutura que ajude a lidar com os afazeres se torna o divisor de águas entre dias felizes ou férias frustradas. Pois fui passar quatro dias sozinha com meus dois filhos (10 e 3 anos) no hotel Sol Grand Premium, na Costa do Sauípe, e posso atestar que a experiência se deu como num passeio no parque.

Há, claro, as amenidades visíveis a olho nu: a arquitetura mediterrânea, as piscinas rodeadas por coqueiros, a vista do mar que se tem das suítes, o acesso à praia paradisíaca, a estrutura novinha em folha (o hotel passou por uma reforma completa em 2025). Sem falar, é claro, do sistema All Inclusive — e o "all" aqui não é brincadeira: vai de pratos baianos a churrasco, petiscos de praia a chopp à vontade, sushi a café da tarde.

Mas o segredo do sucesso para mães e filhos depende de fatores menos... explícitos, digamos assim. Há opções de comida saudável em todas as estações gastronômicas (coisas como frutas cortadas, suco natural e asinhas de frango assadas), mas também lanchinhos menos

A taxa de ocupação média da Costa do Sauípe é de 74%

redentores como batata frita e pizza para quando você só quer garantir que a criança comeu antes de capotar no fim do dia. Há salva-vidas em cada uma das piscinas e na praia frente ao hotel — esta última abastecida, aliás, com água gelada e guarda-sóis o dia inteiro. Há toalhas limpinhas, protetor solar e carrinhos de bebê à disposição, assim como pebolim, pingue-pongue e, Deus que me perdoe, Playstation para as crianças maiores. E houve até uma ninhada de tartarugas que teve a delicadeza de nascer bem no dia em que chegamos e que fez com que meus filhos testemunhassem a caminhada de infinitos répteis marinhos em direção ao seu destino oceânico. Difícil não se comover.

Fotos Divulgação

Uma das piscinas do Sol Grand Premium: ótima aposta para famílias

ZOEIRA SEM TAMANHO

A reforma do Sol Grand Premium faz parte do pacote de investimentos de 1,2 bilhão aportados pelo grupo Aviva, empresa detentora da Costa do Sauípe, na Bahia, e o Complexo Rio Quente, em Goiás. Juntos, os empreendimentos recebem 2,2 milhões de turistas ao ano. Em terras baianas, o próximo projeto de grande porte será a inauguração do Hot Park Baía das Tartarugas, prevista para o ano que vem. Esse parque aquático tem como tema um outro grande trunfo desenvolvido para o público infantil por lá: a tartaruga marinha Marina, da Turminha da Zooeira, uma animação baseada em animais da fauna brasileira que, nos últimos anos, se tornou um sucesso no YouTube. Nela, uma onça, uma baleia, um lobo-guará, um tucano, uma arara e uma tartaruga protagonizam aventuras pelos biomas brasileiros, voltados para crianças de 3 a 8 anos. Desde 2024, quando estreou, o canal acumula 320 mil inscritos.

O Espaço Kids e, abaixo, as suítes temáticas com os personagens infantis: diárias a partir de R$ 3.500

"A gente queria oferecer uma experiência imersiva para as crianças. Elas visitavam os hotéis e queriam depois acessar a Turminha em algum lugar, mas não tinha como. A gente via a relação emocional das pessoas, e começou a estudar como falar com elas. Aí vieram as animações. A ideia é criar entretenimento com educação", diz Larissa Vasconcelos, gerente de Marcas e Comunicação da Aviva. Os personagens existem há 20 anos, mas só nos últimos tempos ganharam vida fora dos hotéis. Para o futuro, a ideia é investir em licenciamento.

De fato, os personagens estão por toda a parte do Sol Grand Premium: ilustram bichos de pelúcia, o Espaço Kids e todos os materiais infantis, além de servir de tema para as recém-inauguradas suítes temáticas, onde nos hospedamos. As ilustrações nas paredes, nos tetos e no mobiliário foram recebidas com tanto entusiasmo pelos meus filhos que a empolgação deu lugar a uma série de pulos e capotadas descontroladas de alegria. "Pensamos muito na parte da segurança dos quartos. As quinas das mesas e cadeiras são arredondadas, os materiais são estofados, colocamos um banco no chuveiro que não vira", contou Monique Junkes, arquiteta responsável pelo projeto das suítes. O esforço valeu a pena. Apesar dos tombos, nenhuma das minhas crianças ficou ferida. Muito pelo contrário: voltaram banhadas de sol e recheadas com as tais memórias indeléveis de infância. □

CLAUDIA

wellness

Promessa ativa

PEPTÍDEOS PROMETEM REVOLUCIONAR O SKINCARE E O TRATAMENTO CAPILAR AO "REPROGRAMAR" AS CÉLULAS

Foto Getty Images

NADA BÁSICAS

A Prasi chega com joias robustas que unem o design modernista brasileiro à manufatura italiana

PRESENÇA ASTRAL

O horóscopo de junho nos convida a desacelerar e ouvir a intuição. Confira as previsões deste mês!

PEPTÍDEOS 4.0

Sem comprovação científica definitiva, os peptídeos se tornaram a nova arma da medicina regenerativa no skincare. E agora estão mais focados e poderosos do que nunca

TEXTO KARINA HOLLO

Prepare-se para começar a ouvir falar dos peptídeos sinalizadores, que estimulam a produção de colágeno e diminuem a inflamação dos tecidos; dos peptídeos neuromoduladores, com efeito semelhante ao do botox; e ainda dos carreadores, que transportam oligoelementos (minerais essenciais) entre as células, dos que auxiliam no combate à queda de cabelo, na cicatrização... Sim, eles são os ativos do momento.

Embora não sejam novidade, sua popularização recente resulta da combinação entre inovação cosmética, marketing e maior presença em lançamentos associados à biotecnologia e regeneração. "Do ponto de vista científico, eles são estudados há algum tempo e há resultados promissores em laboratório e em modelos pré-clínicos, apesar de ainda faltarem estudos robustos em humanos que comprovem de forma consistente sua eficácia", ressalta a dermatologista Maria Bussade, da Bussade Health, em São Paulo, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e da American Academy of Dermatology (AAD).

Os peptídeos são vistos como um recurso terapêutico que atua na sinalização molecular celular, interferindo diretamente nos processos do envelhecimento. Na sua composição, não passam de uma cadeia de aminoácidos. "Muito dessa promessa está no fato de eles serem um recurso terapêutico diferente, que age na sinalização molecular dentro da célula. E trata efetivamente o envelhecimento intrínseco celular, os processos biológicos pelos quais o envelhecimento acontece de fato", afirma a dermatologista Alessandra Fraga, da Aille Clinic, em São Paulo, membro titular da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD). Segundo ela, esse processo está ligado a falhas na comunicação celular — quando a pele deixa de responder adequadamente a estímulos regenerativos. "Eles atuam como mensageiros biomiméticos, capazes de 'reprogramar' o comportamento celular."

Os peptídeos sinalizadores ativam mecanismos regenerativos ao "avisar" os fibroblastos para produzir colágeno, mesmo sem lesão. Com o envelhecimento, essa comunicação se perde, reduzindo a capacidade de reparação. "E esse é o papel dos peptídeos sinalizadores: reestabelecer a capacidade regenerativa da própria pele." Apesar do potencial, a maior parte das evidências ainda é pré-clínica. "Ou seja, há plausibilidade biológica e resultados iniciais interessantes, mas ainda não existe consenso definitivo sobre o impacto clínico real desses ativos na prática dermatológica", ressalta a especialista.

Já os peptídeos neuromoduladores são divulgados por suavizar a contração muscular superficial, reduzindo linhas de expressão. "Na prática, eles podem até apresentar um efeito cosmético sutil e gradual, mas esse resultado não deve ser comparado ao da toxina botulínica injetável", alerta Maria, reforçando que não substituem procedimentos médicos.

Os peptídeos carreadores, por sua vez, transportam oligoelementos como o cobre, importantes para a reparação e defesa antioxidante. "Um dos exemplos mais citados é o peptídeo de cobre, como o GHK-Cu, que em estudos pré-clínicos aparece associado ao estímulo de colágeno", explica Maria, embora seus benefícios também ainda não sejam totalmente consolidados clinicamente.

Por fim, peptídeos voltados à cicatrização podem auxiliar na regeneração da pele após procedimentos ou em casos de sensibilização. "Em teoria, eles podem fazer sentido em rotinas voltadas ao fortalecimento da barreira e ao suporte da recuperação da pele. No entanto, o uso deve seguir rigorosamente critérios regulatórios e evidência clínica comprovada." Assim, apesar de promissores, devem ser usados com cautela e como coadjuvantes, já que a comprovação científica necessária ainda não existe.

Fotos Getty Images

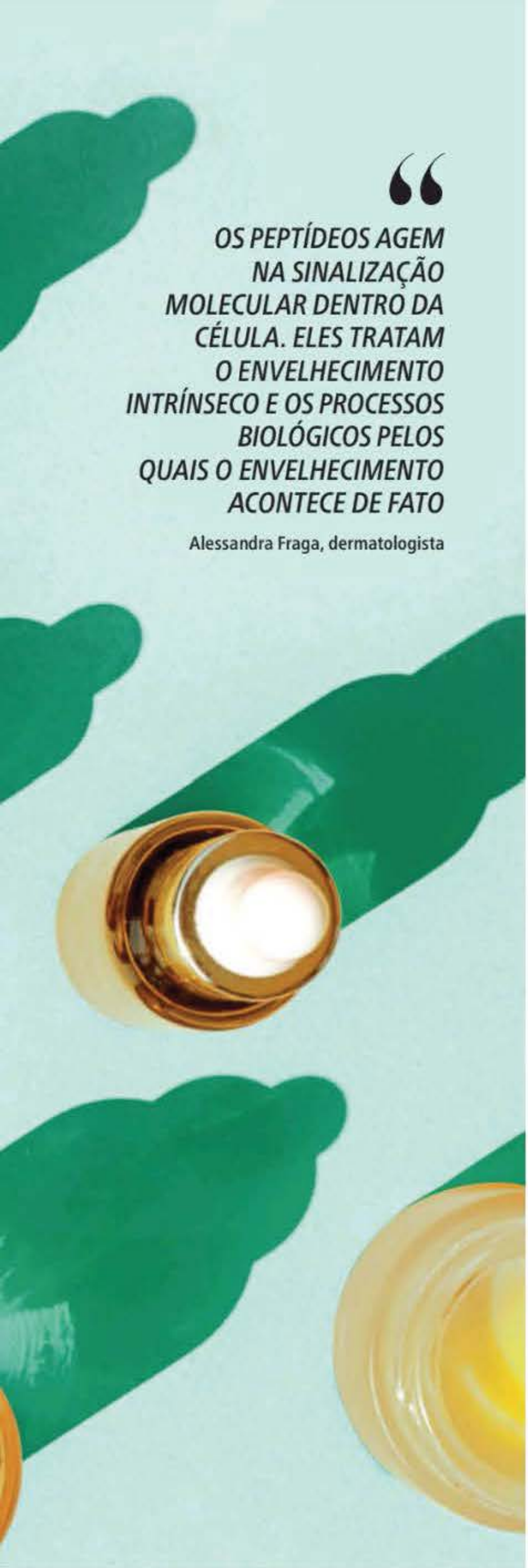
COMO ESCOLHER O PEPTÍDEO CERTO EM UM PRODUTO DE SKINCARE?

Mais do que olhar apenas o nome, o ideal é observar a proposta da formulação como um todo. Há peptídeos voltados para diferentes objetivos, como firmeza, reparação, ação calmante ou efeito cosmético sobre linhas finas, mas ainda não existe comprovação clínica consistente suficiente para colocá-los no mesmo patamar de ativos mais consolidados.

Por isso, é importante considerar o objetivo do tratamento, a sensibilidade da pele, a credibilidade da formulação e ter expectativas realistas. Inovação, sozinha, não substitui evidência científica. "Em formulações cosméticas, eles podem ser associados a outros ativos, como antioxidantes, hidratantes e retinoides, dentro de uma estratégia mais ampla de cuidado com a pele. Na prática, essa combinação pode ser interessante porque diferentes ingredientes atuam em frentes complementares", diz Maria.

Ainda assim, quando o objetivo é tratar sinais do envelhecimento com respaldo mais sólido, os retinoides continuam sendo uma das ferramentas mais bem estudadas e com maior comprovação científica. Os peptídeos podem ter potencial complementar e compor a sua rotina, mas não necessariamente ocupar o papel principal em tratamentos antienvelhecimento baseados em evidência.

> *"NA PRÁTICA, ELES PODEM ATÉ APRESENTAR UM EFEITO COSMÉTICO SUTIL E GRADUAL, MAS ESSE RESULTADO NÃO DEVE SER COMPARADO AO DA TOXINA BOTULÍNICA INJETÁVEL*
>
> **Maria Bussade, dermatologista**



FRISSON NOS FIOS

Eles têm sido incorporados a produtos capilares com a proposta de melhorar o microambiente do folículo piloso, favorecer fatores ligados ao crescimento e contribuir para a qualidade dos fios. Há interesse crescente nesse uso, dentro da ideia de ativos biotecnológicos multifuncionais. No entanto, não devem ser vistos como solução isolada para a queda de cabelo, mas como coadjuvantes em estratégias mais amplas, sempre após avaliação da causa. “Os peptídeos atuam como pequenas moléculas sinalizadoras que podem influenciar o ambiente biológico do couro cabeludo e do folículo piloso. Na prática, eles são usados com a proposta de favorecer condições mais adequadas para o crescimento capilar, ajudando a sustentar a atividade celular ao redor do folículo e a manutenção da fase anágena, que é a fase de crescimento do fio”, explica a dermatologista Ana Carina Junqueira, com título de especialista em dermatologia conferido pela Associação Médica Brasileira (AMB) e pela Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), membro do Conselho da American Hair Research Society (AHRS), nos Estados Unidos.

Alguns peptídeos também são estudados por possível ação em processos inflamatórios leves e na qualidade do microambiente folicular. Ainda assim, apesar de promissores, funcionam melhor como parte de uma estratégia terapêutica individualizada, baseada na causa da queda ou afinamento. Resultados mais consistentes costumam aparecer em casos de afinamento progressivo, especialmente na alopecia androgenética. “Nesses casos, os peptídeos podem atuar como coadjuvantes para melhorar a qualidade dos fios e dar suporte ao tratamento principal. Em algumas situações de eflúvio telógeno [queda de cabelo difusa e temporária], podem ser utilizados como complemento para favorecer a recuperação da densidade, desde que o fator desencadeante já esteja sendo corrigido.”

Por outro lado, em doenças inflamatórias ou cicatriciais, o benefício tende a ser limitado se a inflamação não estiver controlada. Em geral, os peptídeos funcionam melhor em protocolos combinados, podendo ser associados a ativos com maior respaldo científico, como o minoxidil, além de medidas para controle de oleosidade, inflamação e correção de deficiências nutricionais. Também podem integrar abordagens médicas, como *drug delivery* e microagulhamento, quando indicados. Como tudo na ciência, a comprovação dos estudos costuma vir depois do frisson nos consultórios. □

Horóscopo de junho

VIVI PETTERSEN
(@viviastrologica) é jornalista por formação e astróloga por vocação

Menos pressa, mais presença

Junho chega com propostas muito claras: é hora de sentir, compreender e também agir. O mês começa com uma energia emocional, que favorece conversas importantes, reconexões e alguns ajustes na forma como você se comunica. Nem tudo será dito com clareza logo de início, por isso, escutar com atenção e evitar conclusões precipitadas fará toda a diferença. Também é um momento de observar padrões de comportamento e perceber o que pode ser transformado nas relações.

Nos primeiros dias, pode haver uma sensação de desencontro, especialmente em relações próximas. Isso não significa problema, mas sim um convite para olhar com mais cuidado para o que está sendo sentido — e não apenas para o que está sendo dito. Junho ensina que comunicação não é só diálogo, mas também percepção. Silêncios, gestos e intenções ganham ainda mais relevância nesse processo.

Ao longo do mês, o ritmo ganha mais leveza e movimento. Novas ideias surgem, conversas fluem melhor e você começa a se sentir mais estimulada a buscar soluções práticas para questões que estavam travadas. É um ótimo período para aprender, trocar experiências e reorganizar planos com mais flexibilidade. No campo emocional, o mês traz um processo importante de cura e fortalecimento da autoestima. Velhas inseguranças podem aparecer, mas com o objetivo de serem ressignificadas. Seja mais gentil com você mesma, acolha seus processos e reduza as cobranças.

A partir da segunda metade, o foco se volta para as relações familiares e a necessidade de se sentir segura emocionalmente. Há um chamado para criar bases mais sólidas, tanto internamente quanto na vida prática. Pequenos ajustes na rotina podem trazer grandes impactos no seu bem-estar. Ao mesmo tempo, as relações ganham mais calor, presença e troca afetiva. No final, o ritmo desacelera novamente, sendo um período para revisão, pausa e reflexão antes de decisões importantes. Nem tudo precisa ser resolvido agora: algumas respostas vêm com o tempo.

Junho é um mês de ajustes. Em vez de pressa, priorize a presença. No lugar da perfeição, entregue a verdade. E, acima de tudo, respeitando seus próprios limites e seu próprio tempo. Pronta para as mudanças que vêm por aí?

Gêmeos

21/5 a 20/6

Um novo começo pessoal se desenha e incentiva posicionamentos mais autênticos. A comunicação ganha força, mas pede atenção com distrações, enquanto questões financeiras exigem escolhas mais conscientes. As relações se intensificam, marcadas por trocas mais profundas, e há espaço para crescimento com responsabilidade.

Câncer 21/6 a 22/7

A sensibilidade e a intuição ficam mais evidentes, o que pode ser positivo, desde que não gere confusão emocional. Evite decisões importantes que não estejam totalmente claras. Progressivamente, surge mais segurança para agir e se posicionar. O período favorece recomeços e maior conexão com seus próprios desejos. Antes de avançar, vale revisar os planos com atenção.

Leão 23/7 a 22/8

O momento pede mais recolhimento e reflexão antes de agir. Emoções podem oscilar, tornando essencial respeitar seu próprio ritmo. Com o tempo, a energia crescerá, trazendo mais confiança e brilho pessoal. As relações ganham leveza e um toque de romantismo. Oportunidades de crescimento surgem, mas exigem comprometimento.

Imagem gerada por I.A.

Horóscopo de junho

Virgem

23/8 a 22/9

Conexões e projetos em grupo ganham força, trazendo novas possibilidades. É importante moderar expectativas em relação às pessoas. Aos poucos, a vida profissional se organiza com mais firmeza. Questões internas pedem autoperdão. Decisões relevantes exigem responsabilidade e visão a longo prazo.

Libra

23/9 a 22/10

A carreira entra em foco, junto à necessidade de se posicionar com firmeza. Evite decisões baseadas em suposições logo de início. Com o desenrolar do período, a comunicação melhora e facilita o alinhamento de expectativas no trabalho. As relações se tornam mais verdadeiras. O crescimento vem acompanhado de comprometimento.

Escorpião

23/10 a 21/11

Expansão de ideias, estudos e novos caminhos ganham destaque. No início, é importante evitar idealizações excessivas sobre situações ou pessoas. Aos poucos, a motivação para agir aumenta, impulsionando o crescimento. Relações passam por ajustes. Decisões futuras pedem maturidade e visão ampliada.

Sagitário

22/11 a 21/12

Questões financeiras e trocas emocionais pedem atenção. Evite decisões baseadas apenas na intuição no começo do mês. Gradualmente, a comunicação se torna mais clara, facilitando acordos. Transformações internas ganham força. Surgem oportunidades, mas será preciso calma para assumir novos compromissos.

Capricórnio

22/12 a 20/1

Relacionamentos e parcerias ganham destaque, exigindo diálogo e equilíbrio. Evite conclusões precipitadas nas interações iniciais. Com o tempo, fica mais fácil alinhar as suas expectativas e tomar decisões conscientes. Resultados importantes começam a se consolidar este mês.

Aquário

21/1 a 18/2

A rotina, a saúde e a organização do dia a dia entram em evidência. Evite sobrecarga e preserve sua energia. No decorrer do mês, as relações se movimentam com mais leveza. Ideias e projetos ganham impulso. Decisões importantes trazem crescimento, desde que haja comprometimento.

Peixes

19/2 a 20/3

Criatividade, emoções e relações afetivas ficam mais ativadas. Atenção a ilusões ou expectativas irreais no começo. Com o passar do tempo, surge mais segurança para se expressar. O período favorece o prazer, mas pede responsabilidade emocional. Oportunidades de crescimento aparecem, especialmente na vida profissional.

Áries

21/3 a 20/4

Emoções mais sensíveis chegam pedindo cuidado na forma de se comunicar, especialmente com a família. Pode haver ruídos, então vale conferir informações antes de agir. Ao longo dos dias, trocas leves ajudam a destravar ideias. O foco se volta para o lar e a segurança emocional. Decisões importantes pedem maturidade.

Touro

21/4 a 20/5

Conversas importantes e decisões práticas ganham destaque, principalmente envolvendo finanças e trabalho. Evite agir por impulso ou confiar em promessas pouco claras. A vida social se movimenta e abre espaço para novas oportunidades, aproveite tudo que interessar. Um processo interno de cura se fortalece neste mês.

NOVIDADE

ACQUA AROMA
CASA CLAUDIA

Acqua Aroma e Casa Claudia criaram uma coleção exclusiva de aromatizadores de ambientes, com uma fragrância sofisticada que traduz o estilo e bom gosto: *velvet cherry*

Escaneie o QR Code e compre agora

www.acquaaroma.com.br

@acquaaroma

1 Difusor de aromas 150mL 2 Difusor Cristal 200g 3 Essência Concentrada 20mL

Objeto de desejo

POR KARIN HUECK

Brilho eterno

Nada de correntes fininhas, peças em prata ou tendências efêmeras. A **Prasi**, marca carioca de joias das amigas Helena Sicupira e Mariana Prates que acaba de abrir sua primeira boutique em São Paulo, preza por peças robustas manufaturadas na Itália, gemas garimpadas a dedo e design inspirado no modernismo brasileiro. O resultado são joias para um vida inteira. Caso do colar **Mangueira Semi-Set com Turquesa** (R$ 148.000), que adorna a corrente **Prasi Fatto a Mani** (R$ 142.000) **@prasiofficial**

pop!
pop! pop!

Seu novo app de novelinhas chegou

Assista agora!

Disponível na App Store

DISPONÍVEL NO Google Play

Abril

AVON

ICONIC COLLECTION

Desde o passado,
vivemos o futuro.

Conheça as 4 novas fragrâncias
inspiradas nos nossos clássicos.